

標 題 : Evaluating associations between Mediterranean diet adherence indexes and biomarkers of diet and disease
地中海食事順守指数と食事および疾患のバイオマーカーとの間の関連の評価

著 者 : A. Bach-Faig, et al. (スペイン バルセロナ大学サイエンスパーク
地中海食事財団)

掲 載 誌 : Public Health Nutr. 9(6A): 1110-1117 (2006)

要 旨 :

目 的 : 2種類の地中海食事(MD)順守指数(MD 指数、MDI および MD スコア、MDS)と食事および疾患の複数バイオマーカーとの間の関連を、我々は調べた。

被 験 者 : カタロニア地方(スペイン北部)の空腹時血液サンプルを提供した18-75歳の328人、1992-1993年「カタロニア栄養調査」の大規模な代表的ランダムサンプルの一部2346人のサブセットで、我々は研究した。

計画および方法 : 食事を24時間思い出して測定した。

バイオマーカー研究は、 β -カロテン、 α -トコフェロール、レチノール、ビタミンB12、Cおよび葉酸の血漿値、そして血清の総コレステロール、HDLコレステロール、LDLコレステロールおよびトリグリセリドであった。

多変量線形回帰を使用し、潜在的交絡因子を調整して、栄養バイオマーカーと食事パターン指数との間の関連を分析した。

結果および結論 : 2種類の食事指数で測定した地中海食事順守の高い被験者は、有意に高い β -カロテン、葉酸、ビタミンC、 α -トコフェロールおよびHDLコレステロールの血漿濃度を示した。

最も高い有意な関連は、葉酸と両方の指数で測定した地中海食事パターンの順守との間にあった。

これらの研究結果が、食事パターンの順守を評価する補足手段としてのバイオマーカーの有用性を示唆する。

この種のデータは安定した食事順守指数の作成を知らせるだけでなく、慢性疾患リスクに対する地中海食事パターンの有効性を説明する生理学的メカニズム候補に関する明確な手掛かりも提供する。

キーワード : 地中海食事、バイオマーカー、食事パターン、地中海食事指数、スペイン
