

標 題 : Mediterranean diet and CHD: the Greek European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition cohort
地中海食事と冠状動脈性心疾患 : ギリシャの「栄養と癌に関するヨーロッパ追跡調査」コホート

著 者 : V. Dilis, et al. (ギリシャ アテネ大学医学部 WHO 食品栄養政策協力センター 衛生学・疫学・医療統計部)

掲 載 誌 : Br. J. Nutr. 108: 699-709 (2012)

要 旨 :

地中海食事の順守は冠状動脈性心疾患(CHD)の予後を改善し、CHD の死亡率と逆相関すると、報告されてきた。

本研究の目的は、伝統的な地中海ルーツの住民であるギリシャの「栄養と癌に関するヨーロッパ追跡調査」コホートで、地中海食事の順守と CHD の発症率および死亡率との関連を調査することであった。

登録時に心臓血管系疾患も癌もない成人の男性および女性 23,929 人の一般人サンプルで、認証済の食事頻度アンケートを面接で実施し、社会人口学的特徴、運動および他の特徴を記録し、そして動脈血圧と身体計測の特徴を測定した。

10 年間で(中央値)、636 件の CHD の発症および 240 件の CHD の死亡が記録された。

9 成分のスコア (0、劣、9、優秀) で運用する地中海食事の順守と CHD の発症率および死亡率との関連を、潜在交絡変数を調整した Cox 回帰で推計した。

地中海食事スコアの 2 点上昇は、女性の間で 25%(95%CI 0.57-0.98)男性の間では 19%(95%CI 0.67-0.99)低い CHD の死亡率と関連した。

地中海食事の順守と CHD の発症率との関連も逆であったが、弱かった [女性の間でハザード比 0.85(95%CI 0.71-1.02)そして男性の間では 0.98(95%CI 0.87-1.10)] 。

スコアの成分との関連では、男性の間で肉(正の関連)そして女性の間では果物とナッツ(逆の関連)だけが CHD の発症率と死亡率の両方に関連した。

不可欠な実体として、地中海食事は CHD の発症率、特に死亡率と逆相関する。

キーワード : 地中海食事、冠状動脈性心疾患(CHD)、「栄養と癌に関するヨーロッパ追跡調査」、ギリシャ
