

標 題 : The Mediterranean and other Dietary Patterns in Secondary Cardiovascular (Disease Prevention: A Review).

心臓血管系(疾患予防)における地中海および他の食事パターン(: 総 説)

著 者 : D. B. Panagiotakos, et al. (ギリシャ ハロコピオ大学 健康・教育学部
栄養・糖尿病科)

掲 載 誌 : Curr. Vasc. Pharmacol. 2016 Jul 22 [Epub ahead of print]
[印刷に先立つ電子出版 : 印刷版の同誌 2016;14(5):442-451 では
タイトルにカッコ部分の追加 あり[PubMed]、和訳で()に示した]

要 旨 :

心臓血管系疾患(CVD)は世界中で依然として死亡および身体障害の主な原因であり、退院率の増加を伴い、重大な住民の健康問題および経済的負担を引き起こす。

住民の加齢、低い出生率、都市化および不健康な行動への変化などの人口統計データの推移が、心臓代謝性疾患(つまり高血圧、肥満、糖尿病)の発症率に増加をもたらしてきた。

国際機関の報告によると、かなりの数の心臓発作は生活様式の改善(つまり食事、運動、禁煙)で予防できた。

二次予防に関して、効果的な心臓血管系リハビリテーションには、医療および生活様式の変化などの多くの専門分野にわたる方法が必要であると、よく実証されている。

食事は最も重要な修正可能で予防可能な要因の1つで、それは一次予防および心臓病患者の間で疑いなく有益であると認識されてきた。

しかし、心臓血管系疾患の患者の間での研究は少なく、決定的な結果はない。

最も研究した食事パターンは地中海食事であり、再発心臓事象に対するその予防的役割を複数の観察研究および食事試験が実証しているが、他の良く知られたモデル、西洋式、菜食、アジア式および「高血圧を止める食事方法(DASH)」などの食事に関する証拠はととも限定される。

この総説の目的は、最も普及している食事パターンの概説および心臓血管系疾患の二次予防および管理におけるその役割を提示することであった。
