

標 題 : Mediterranean diet and colorectal cancer risk: results from a European cohort
地中海食事と結直腸がんリスク : ヨーロッパコホートからの結果

著 者 : C. Bamia, et al. (ギリシャ アテネ医科大学 食品と栄養に関する WHO 共同
研究センター 衛生学・疫学・医療統計学部)

掲 載 誌 : Eur. J. Epidemiol. 2013 Apr; 28(4): 317-328

要 旨 :

筆者らは「がんと栄養研究に関するヨーロッパ追跡調査」で地中海食事の順守と結直腸がんリスクとの関連を調べた。

地中海食事の順守を 2 種類の 10 点尺度、「修正地中海食事スコア(MMDS)」および「センター特有の MMDS(CS MMDS)」で表した。

両方の尺度は同じ食事成分を共有するが、尺度の構成でこれらの成分に使用するカットオフ値が異なる。

これらの尺度と結直腸がん発症率との関連について調整済ハザード比(HR)を推計した。

5,296,617 人年の追跡後に、4,355 件の結直腸がん発症例が確認された。

CS MMDS および MMDS により最高(6-9 点)と最低(0-3 点)の順守を比較したときに、それぞれ 8 および 11%の結直腸がんリスクの低下が推計された。

MMDS で HR は 0.89(95%信頼区間(CI):0.80-0.99)であった。

どちらの地中海食事尺度でも 2 点上昇は、統計的有意性の境界域である 3 から 4%の結直腸がんリスク低下と関連した(MMDS で HR: 0.96; 95%CI: 0.92-1.00)。

女性の間でやや明らかなこれらの関連は、主に結腸がんリスクに現れ、MMDS からアルコールを除外したときにも変化しなかった。

地中海食事に従うことは結直腸がんリスクに対して控えめな有効性があるであろうと、これらの研究結果が示唆する。
