

標 題 : Mediterranean diet and quality of life:
Baseline cross-sectional analysis of the PREDIMED-PLUS trial
地中海食事と生活の質 : PREDIMED-PLUS 試験の開始時横断解析

著 者 : I. Galilea-Zabalza, et al. (スペイン Osasunbidea-Servicio Navarro de Salud
Atención Primaria [プライマリ・ケア])

掲 載 誌 : PLoS One 2018 Jun 18; 13(6): e0198974

要 旨 :

伝統的な地中海食事の順守をとらえる 17 項目スコアが良い健康関連の生活の質と関連するかを、メタボリックシンドロームを有する過体重または肥満の高齢のスペイン人男性と女性の間で我々は評価した。

PREDIMED-Plus 研究に参加した男性と女性 6430 人(55-70 歳)からの開始時のデータを、我々は解析した。

PREDIMED-Plus は多施設のランダム化試験で、運動の奨励と組合せたエネルギー制限地中海食事および心臓血管系一次予防のための行動療法を、地中海食事単独と比較して試験する。

参加者は、健康関連の生活の質に関する 36 項目のアンケートおよび地中海食事の順守を評価する 17 項目のアンケートを回答した。

我々は ANCOVA(共分散分析)および多変量調整線形回帰モデルを用いて、開始時の生活の質尺度の調整済み平均を地中海食事順守の区分に従って比較した。

地中海食事の高い順守は、健康関連の生活の質の 8 つの面で有意に良いスコアと独立して関連した。

地中海食事順守の最高と最低のグループの間で、調整済で 3 点以上の差が活力、感情の役割および心の健康で観察され、そして 2 点以上が他の面で観察された。

結論として、地中海食事の順守と生活の質の複数の面との間にプラスの関連をこの研究が示す。
