

標 題 : Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy in Adherence to the Mediterranean Diet in Metabolic Syndrome Patients: A Randomized Controlled Trial  
メタボリックシンドローム患者で地中海食事の順守についての  
認知行動療法の有効性 : ランダム化対照比較試験

---

著 者 : J. Garcia-Silva, et al. (スペイン グラナダ大学 心理学部  
性格・評価・心理療法科)

---

掲 載 誌 : J. Nutr. Educ. Behav. 2018 Oct; 50(9): 896-904

---

要 旨 :

目 的 : メタボリックシンドローム患者で、地中海食事順守について認知行動療法の有効性を実証する。

計画、設定、参加者、および介入 : メタボリックシンドローム臨床試験の患者での多様な介入計画で、79人のメタボリックシンドローム患者が介入を完了した。

そのうち、48人が実験群に属し、31人が対照群に属した。

実験群が受け入れた介入は認知行動療法であった ; 対照群は通常治療に従い健康的な生活様式に関する研修会に参加した。

主要転帰および解析 : 身体計測、生化学、心理学、および生活様式の測定を、介入の前および3と6ヵ月後に実施した。

解析には、対応のあるt検定、分散分析(ANOVA)、および共分散分析(ANCOVA)が含まれた。

結 果 : 分散分析の結果は、2群の間で統計的に有意な相互作用を、ウエスト周囲(P=0.009)、トリグリセリド(P=0.015)および地中海食事の順守(P=0.026)に示した。

共分散分析の結果は群間の差を、ウエスト周囲(P=0.026 3ヵ月およびP=0.062 6ヵ月)、トリグリセリド(P=0.009 3ヵ月およびP=0.860 6ヵ月)、および地中海食事(P=0.024 3ヵ月およびP=0.273 6ヵ月)で示した。

結論および意味合い : 認知行動療法を採用した介入で、メタボリックシンドローム患者に有意な改善、特に地中海食事の順守が観察された。

著作権© 2018年 栄養教育と行動学会。エルゼビア社が発行。著作権所有。

キーワード : 地中海食事、心臓血管系疾患、認知行動療法、メタボリックシンドローム、ランダム化対照比較試験

---