

標 題 : Network Meta-Analysis of Metabolic Effects of Olive-Oil in Humans Shows the Importance of Olive Oil Consumption With Moderate Polyphenol Levels as Part of the Mediterranean Diet.

ヒトにおけるオリーブ油の代謝効果のネットワークメタ解析は地中海食事の一部としての適度なポリフェノール値のオリーブ油摂取の重要性を示す

---

著 者 : E. Tsartsou, et al. (ギリシャ クレタ大学 医学部 実験内分泌学研究室)

---

掲 載 誌 : Front. Nutr. 2019 Feb 12; 6: 6

---

要 旨 :

オリーブ油摂取の有益な役割は、現在広く認識されている。

しかし、その健康効果が1価不飽和脂質の存在が原因か、および／またはオリーブ油に存在する微量成分の抗酸化物が原因かは明らかでない。

本研究の目的は、代謝因子(グルコースおよび血中脂質)の変化におけるオリーブ油の正確な役割を解析して、その抗酸化ポリフェノールの役割を探ることであった。

この研究で、各成分の直接的および間接的な相互作用および影響を検討したヒトの介入研究30件のネットワークメタ解析を、我々は実施した。

興味深いことに、グルコース、トリグリセリド、およびLDL コレステロールに対するオリーブ油の影響は地中海食事の順守によって介在され、またオリーブ油ポリフェノールの唯一の顕著な影響はHDL コレステロールの増加、および被験者の抗酸化と炎症の状況の改善であると、我々は示す。

その上、オリーブ油の有益な効果について低い抗酸化ポリフェノール値で十分と思われると我々は最初に報告し、オリーブ油の脂質成分が一部の有益な作用の原因と思われると我々は示す。

検討した全ての数値の中で、オリーブ油の有益な効果は、確定したメタボリックシンドロームまたは他の慢性症状／疾患の被験者でよく述べられた。

結論として、ヒトの栄養におけるオリーブ油の役割の再確認に導く新しい知識をこれら全ての研究結果が提供する。

キーワード : 地中海食事、コレステロール、グルコース、代謝、オリーブ油、ポリフェノール

---