

標 題 : Mediterranean diet as the diet of choice for patients with chronic kidney disease.  
慢性腎疾患の患者に最適な食事としての地中海食事

---

著 者 : P. Chauveau, et al. (フランス Centre Hospitalier Universitaire de Bordeaux et  
Aurad-Aquitaine Service de Néphrologie Transplantation Dialyse)、  
ヨーロッパ腎臓協会-ヨーロッパ透析移植協会(ERA-EDTA)の  
ヨーロッパ腎臓栄養(ERN)ワーキンググループ

---

掲 載 誌 : Nephrol. Dial. Transplant. 2018 May 1; **33**(5): 725-735

---

要 旨 :

慢性腎疾患の伝統的な食事管理は、食事の質には殆んど触れないで、エネルギーおよびタンパク質の食事中的量および単一微量栄養素の制限に注目した。

植物性が多く、肉(加工肉を含む)、ナトリウムおよび精製糖が低く、穀類および繊維の高い含量の食事パターンが、慢性疾患予防のための複数の臨床指針に現在盛り込まれている。

地中海食事は、観察研究と介入研究の両方で、心臓血管系疾患の発症率低下と関連した。

豊富な証拠が地中海食事を、糖尿病、肥満または認知健康などの慢性疾患に対する他の有益な作用と結びつける。

この総説は伝統的な地中海食事の各成分を検討して、慢性腎疾患の患者の管理における適切性を評価する。

我々はまた、果物と野菜の摂取を増加させることでの高カリウム血症リスクの可能性も評価する。

全体として、正味の内因性酸生成の減少および繊維の増加は、代謝性アシドーシスの良い管理を導く可能性がある。

このことは、内皮機能、炎症、脂質組成および血圧に対する地中海食事の想定される良い影響と共に、地中海食事を順守する慢性腎疾患の患者で観察される腎機能低下の抑制および生存率の改善を、説明する機構経路を提供する。

---