

標 題 : Adherence to the USDA Food Guide, DASH Eating Plan, and Mediterranean Dietary Pattern Reduces Risk of Colorectal Adenoma
USDA 食事指針、DASH 食事計画および地中海食事パターンの順守は結腸直腸腺腫のリスクを低下させる

著 者 : L. B. Dixon, et al. (米国 ニューヨーク大学 栄養・食品研究・公衆衛生学部)

掲 載 誌 : J. Nutr. 137: 2443-2450 (2007)

要 旨 :

「2005年版アメリカ人のための食事指針」は最適な健康を推進して疾患リスクを低下させるために、2種類の食事パターン「USDA(米国農務省)食事指針」および「高血圧を防ぐための食事法(DASH)の食事パターン」の量的な推奨を含む。地中海食事も健康的な効果のために推奨されてきた。

我々の目的は、USDA 食事指針勧告、DASH 食事計画、または地中海食事パターンの順守が遠位結腸直腸腺腫のリスク低下と関連するかどうかを確認することであった。

「前立腺、肺、結腸直腸、および卵巣の癌スクリーニング試験」で55-74歳の男性および女性を、米国の10施設でS状結腸鏡によって結腸直腸癌について検査した。

潜在的な交絡因子を調整した後で、USDA 食事指針勧告を最も順守した男性は勧告を順守しなかった男性と比較して26%低い結腸直腸腺腫リスクであった (USDA スコア ≥ 5 対 ≤ 2 のオッズ比 $OR=0.74$, $95\%CI=0.64-0.85$, $P_{\text{動向}}<0.001$)。

DASH 食事計画または地中海食事パターンに最も類似した摂取の男性で、同等の結果が見られた。

USDA 食事指針勧告を最も順守した女性は18%低い結腸直腸腺腫リスクであったが、サブグループ解析で現在の喫煙者 (USDA スコア ≥ 5 対 ≤ 2 の $OR=0.52$, $95\%CI=0.31-0.89$, $P_{\text{動向}}<0.01$) および正常体重者 (USDA スコア ≥ 5 対 ≤ 2 の $OR=0.74$, $95\%CI=0.55-0.95$, $P_{\text{動向}}=0.08$) だけで予防的な関連が明らかになった。

現在の米国の食事勧告または地中海食事パターンに従うことは、特に男性で結腸直腸腺腫のリスク低下と関連する。
