

標 題： Mediterranean dietary pattern and cancer risk in the EPIC cohort
EPIC コホートにおける地中海食事パターンと癌リスク

著 者： E. Couto, et al. (フランス リヨン 国際がん研究機関)

掲 載 誌： Br. J. Cancer 104: 1493-1499 (2011)

要 旨：

背 景： 地中海食事と総死亡率または特定の癌のリスクとの関連を複数の研究が調査してきたが、癌全体のリスクに関するデータは少ない。

方 法： 地中海食事パターンと癌全体のリスクとの間の関連を、男性 142,605 人および(女性*)335,873 人からなる多施設の追跡コホート研究である「癌と栄養に関するヨーロッパ追跡調査」からのデータを使用して、我々は調べた。

果物とナッツ、野菜、豆類、穀物、脂質、魚、乳製品、肉製品、およびアルコールの摂取を組合せて考案したスコア(範囲：0-9)を使用して、地中海食事の順守を調べた。

癌の発症率との関連を、潜在的交絡因子で調整した Cox 回帰モデルによって評価した。

注：(女性*)335,873 人、要旨には「女性」がないがフルテキストで「女性」を確認した。

結 果： 全体で、男性で 9,669 件および女性では 21,062 件の癌の発症が確認された。

地中海食事の順守が強い人々で癌全体の低いリスクが認められた(ハザード比=0.96、95%CI 0.95-0.98)、地中海食事スコアの 2 点上昇について。

見かけの逆相関は、タバコとの関連が知られていない癌よりも喫煙関連の癌で強かった (P(不均一性)=0.008)。

全体として、研究の被験者が地中海食事パターンを強く順守すれば、男性の間で癌の 4.7%そして女性では癌の 2.4%が避けられるであろう。

結 論： 地中海食事パターン強い順守は、癌全体のリスクを低下できた。

キーワード： 地中海食事、食事パターン、癌リスク、疫 学
