

標 題 : Relation of the Traditional Mediterranean Diet to Cerebrovascular Disease  
in a Mediterranean Population  
地中海沿岸住民における伝統的な地中海食事と脳血管疾患との関連

---

著 者 : G. Misirli, et al. (ギリシャ アテネ Hellenic(ギリシャの)健康財団)

---

掲 載 誌 : Am. J. Epidemiol. 176(12): 1185-1192 (2009)

---

要 旨 :

伝統的な地中海食事および主な食品群と脳血管疾患の発症率および死亡率との関連を、地中海沿岸住民で評価することを、筆者らは目的とした。

研究対象母集団は、開始時(1994-1999年)に心臓血管系疾患および癌がなかった EPIC 研究(癌と栄養に関するヨーロッパ追跡調査)のギリシャ部門からの参加者 23,601 人のコホートであった。

食事を認証済の食事頻度アンケートで評価した。

地中海食事の重要な特徴を組み入れた 10 段階評価を使用してこの食事に対する参加者の順守の程度を評価した。

10.6 年(中央値)の追跡期間(1994-2009 年)中に、脳血管疾患の発症 395 件および死亡 196 件が確認された。

Cox 比例ハザード回帰を使用して潜在交絡因子を調整すると、スコア 2 点上昇で測定した地中海食事に対する順守の上昇は、脳血管疾患の発症率(調整ハザード比 0.85、95%信頼区間 0.74-0.96)および死亡率(調整ハザード比 0.88、95%CI 0.73-1.06)と逆相関した。

この逆の傾向は、女性の間および出血性よりも虚血性の脳血管疾患で主に明らかで、そして主として野菜、豆類およびオリーブ油の摂取によって引き起こされる。

これらのデータは、地中海食事に対する順守と脳血管疾患の発症率および死亡率との逆相関を裏付ける。

キーワード : 脳血管疾患、地中海食事、オリーブ油、脳卒中

---