

標 題 : Adherence to the traditional Mediterranean diet and mortality in subjects with diabetes. Prospective results from the MOLI-SANI study.
糖尿病の被験者における伝統的な地中海食事への順守と死亡率
MOLI-SANI 研究からの追跡結果

著 者 : M. Bonaccio, et al. (イタリア IRCCS Istituto Neurologico Mediterraneo NEUROMED 疫学・予防部)

掲 載 誌 : Eur. J. Prev. Cardiol. 23(4): 400-407 (2016)

要 旨 :

背 景 : 地中海食事への順守は一般住民で低い死亡率と関連するが、糖尿病の被験者では死亡率に対する地中海食事の影響に関して限られた証拠しか存在しない。
我々は、糖尿病の人々において地中海食事と死亡率との間の関連を調べることがを目的とする。

計 画 : MOLI-SANI 研究で 1995 年に募集した 2 型糖尿病被験者での追跡コホート研究。

方 法 : 食品摂取を「癌と栄養に関するヨーロッパプロジェクト調査」の食品頻度アンケートによって記録した。
地中海食事への順守を「ギリシャの地中海食事スコア」によって評価した。
ハザード比を、多変量 Cox 比例ハザードモデルを用いて計算した。

結 果 : 追跡中に(中央値 4.0 年)、51 件の心臓血管系の死亡を含む 109 件の総死亡が生じた。

地中海食事スコアの 2 点上昇は、37%(19%-51%)低い総死亡率と関連した。
血糖低下食事または抗糖尿病薬剤治療をしている患者に限定したときに、データは変化しなかった。

心臓血管系の死亡率だけを検討したときに、同様な低下が観察された(ハザード比=0.66 ; 0.46-0.95)。

主要因分析から生じた地中海食事類似のパターンは、総死亡のリスク低下を示した(ハザード比=0.81 ; 0.62-1.07)。

地中海食事スコアの影響は主に、適度なアルコール摂取(低下効果の 14.7%)、穀物の高い摂取(12.2%)、野菜の高い摂取(5.8%)、および乳製品および肉製品の摂取の減少(13.3%および 3.4%)が寄与した。

結 論 : 伝統的な地中海食事は、糖尿病の被験者で総死亡率と心臓血管系による死亡率の両方の低下と関連し、疾患の重症度と無関係であった。

主な寄与は、適度なアルコール摂取、穀物、果物およびナッツの高い摂取、そして乳製品および肉製品の摂取減少によってもたらされた。
