

標 題 : Metabolic syndrome, adherence to the Mediterranean diet and 10-year cardiovascular disease incidence : The ATTICA study  
メタボリックシンドローム、地中海食事の順守と  
10年間の心臓血管系疾患の発症率: ATTICA 研究

---

著 者 : C.-M. Kastorini, et al. (ギリシャ アテネ ハロコピオ大学  
栄養・食事療法学部)

---

掲 載 誌 : Atherosclerosis 2016 Mar; **246**: 87-93

---

要 旨 :

背景と目的 : 主成分分析によってメタボリックシンドロームのスペクトル(分布)をよく理解すること、およびメタボリックシンドロームの存在に対する地中海食事の役割をさらに評価すること。

方 法 : 2001-2002年の間に、開始時に心臓血管系疾患と他の慢性疾患の臨床的証拠の無いギリシャのアテネ大都市圏在住の男性1514人および女性1528人(>18)を登録した。

2011-2012年に10年間の追跡を2583人の参加者で実施した(参加者の15%は追跡できなかった)。

致死性および非致死性の心臓血管系疾患の発症率を、WHO(世界保健機関)-ICD(国際疾病分類)-10の基準に従って定義した。

メタボリックシンドロームを全米コレステロール教育計画成人治療パネルIII(改訂版NCEP ATPIII)の定義によって規定した。

地中海食事の順守を、地中海食事スコア(範囲0-55)を用いて評価した。

結 果 : 全変動の73.8%を説明し、以下の特徴がある5つの主成分が導き出された :  
a) 体重および脂質状態、b) 血圧、c) 脂質状態、d) グルコース状態、e) 炎症性因子。

全ての成分は、心臓血管系疾患の発症率が高い可能性と関連した。

各種の潜在交絡因子を調整した後で、地中海食事パターンの順守は、地中海食事スコア10%増につき15%低い心臓血管系疾患の発症率と関連した(95% CI : 0.71-1.06)。

地中海食事の低い順守の参加者で、5成分の全てが心臓血管系疾患発症率の増加の可能性と関連した。

しかし、地中海食事パターンに積極的に良く従っている参加者では、有意な関連は観察されなかった。

結 論： 本研究の結果はより広いメタボリックシンドロームの定義を提案し、地中海食事パターンの有益な役割を強調する。

キーワード： メタボリックシンドローム、地中海食事、心臓血管系疾患、発症率

---