

標 題： Obesity, metabolic syndrome and Mediterranean diet:
Impact on depression outcome
肥満、メタボリックシンドロームと地中海食事：うつ病転帰に対する影響

著 者： M. García-Toro, et al. (スペイン バレアレス諸島大学；
初期治療予防・健康増進研究ネットワーク)

掲 載 誌： J. Affect. Disord. 2016 Apr; **194**: 105–108

要 旨：

目 的： 肥満、メタボリックシンドロームおよび地中海食事の低い順守は、大うつ病患者にしばしば起こり、予後と別々に関連する。

この研究の目的は、大うつ病転帰に対するそれらの予測力を6ヵ月目および12ヵ月目に分析することである。

方 法： 273人の大うつ病患者が「うつ病症状のためのベックうつ病調査票」および14項目の地中海食事順守スコアを完了した。

メタボリックシンドロームを、国際糖尿病連合に従って診断した。

結 果： 開始時に地中海食事の順守はうつ症状と逆相関した($p=0.007$)。

うつ反応は正常体重($p=0.006$)および非メタボリックシンドローム($p=0.013$)の患者に多かったが、それは地中海食事の順守と関連しなかった($p=0.625$)。

メタボリックシンドロームで肥満の患者は、肥満で非メタボリックシンドロームの患者よりも、うつ症状の改善が少なかった。

結 論： 開始時の肥満およびメタボリックシンドロームは12ヵ月目の悪いうつ転帰を予測したが、地中海食事の低い順守はそうでなかった。

肥満と食事よりも、メタボリックシンドロームはうつ病の予後に悪影響を与える重要な要因であると、この研究が示唆する。

この研究結果が確認されるなら、過体重のうつ病患者では特に転帰が十分に満足できないときに、臨床医はメタボリックシンドロームの診断および治療に留意すべきである。

著 作 権： エルゼビア B.V.社、著作権所有。

キーワード： うつ病、地中海食事、メタボリックシンドローム、肥 満
