

標 題 : The Mediterranean Diet and 2-Year Change in Cognitive Function by  
Status of Type 2 Diabetes and Glycemic Control.  
地中海食事と2型糖尿病および血糖管理の状況による認知機能の2年間の変化

---

著 者 : J. Mattei, et al. (米国 ボストン ハーバード T.H. Chan 公衆衛生大学院  
栄養学科)

---

掲 載 誌 : Diabetes Care. 2019 Aug; 42(8): 1372–1379

---

要 旨 :

目 的 : 地中海食事スコアと2型糖尿病および血糖管理の状況による認知機能の2年間の変化との関連を測定して、それを他の食食品質スコアと対比すること。

研究計画および方法 : 縦断的な「ボストンブルートリコ人健康研究」(n=913; 2年目に2型糖尿病が42.6%)からのデータを、我々は使用した。

開始時の血糖管理を、非管理(ヘモグロビンA<sub>1c</sub>≥7%[53mmol/mol])対管理で分類した。

血糖管理の2年間の変化を、安定/改善対劣化/低下として定義した。

我々は、地中海食事スコア、健康的食事指数、代替健康的食事指数、および高血圧症予防食事療法(DASH)スコアを定義した。

全体的認知機能zスコア、実行と記憶の機能、および9件の認知検査の2年間の変化を、調整混合線形モデルで評価した。

結 果 : 他の食食品質スコアでなく、高い地中海食事スコアが、2型糖尿病の成人で全体的認知機能の高い2年間の変化と関連したが ( $\beta \pm SE = 0.027 \pm 0.011$ ;  $P = 0.016$ )、2型糖尿病でない成人では異なった ( $P = 0.80$ )。

同様な結果は、ミニメンタルステート検査、単語認識、数唱および時計描画の検査で認められた。

開始時に血糖管理下( $0.062 \pm 0.020$ ;  $P = 0.004$ )および2年間にわたって安定/改善( $0.053 \pm 0.019$ ;  $P = 0.007$ )の人々で、結果は一致したままであったが、非管理または劣化/低下の人々では異なった。

全ての食食品質スコアは、2型糖尿病が無い成人で高い2年間の記憶機能と関連した。

結 論 : 地中海食事の順守と2型糖尿病の効果的な管理の両方が、最適な認知機能を支える可能性がある。

健康的な食事全般が、2型糖尿病の無い成人の間で記憶機能の改善に役立つ可能性がある。