

標 題 : Mediterranean diet, but not wine, is associated with beneficial changes in primary haemostasis  
ワインでなく地中海食事が一次止血における良い変化と関連する

---

著 者 : D. Mezzano, et al. (チリ Pontificia カトリック大学)

---

掲 載 誌 : Eur. J. Clin. Nutr. 57: 439-446 (2003)

---

要 旨 :

目 的 : (1)無アルコールの地中海食事と高脂肪食事の一次止血数値(出血時間、血漿フォン・ヴィレブランド因子、血小板の凝集/分泌)に対する影響を比較する。  
(2)赤ワインの補給で食事とは別にこれらの数値が変わるかを試験すること。

計画、被験者、介入 : 対照付の追跡介入研究。健康な男子大学生各 21 名(22 ± 3.4 歳)の 2 群が地中海食事または高脂肪食事を 90 日間摂取した。30 日と 60 日の間に両方の食事に 240ml / 日の赤ワインを加えた。開始時(0)と 30、60、90 日に採血した。出血時間をワイン補給の前(30 日)と後(60 日)に測定した。研究からの脱落者はなかった。

設 定 : 大学キャンパスおよび外来の栄養クリニック。

結 果 : 開始時(0 日)の値は全て研究群間で有意に違わなかった。30 日目に地中海食事の人は、高脂肪食事より有意に高い  $\beta$ -カロテン、葉酸、アスコルビン酸、EPA の値を血漿脂質中で示した。血漿の総コレステロール、HDL、LDL はどの時点でも研究群間で有意な変化はなかった。

30 日後に、地中海食事の人は高脂肪食事よりも長い出血時間であった(7.6 ± 2.8 対 5.8 ± 1.7 分; P=0.017)。出血時間はワイン 1 ヶ月補給後に有意に変化しなかった(7.1 ± 2.0 対 5.5 ± 2.0 分)。血漿フォン・ヴィレブランド因子は 0 日に地中海食事群は 89 ± 40、高脂肪食事群は 111 ± 70%で(P=0.21)、この値は 30、60、90 日で有意な変化をしなかった。

地中海食事の摂取は血小板のセロトニン分泌上昇と関連し(P=0.02)、エピネフリン刺激後の血小板凝集とはやや関連した(P=0.07)。

ワイン摂取は 4  $\mu$ M ADP による血小板の 14C-5-HT 分泌をやや低下させた(P=0.07)。しかしコラーゲンを作動薬に用いる(1 と 2  $\mu$ g/ml)と血小板の凝集も分泌も一致して上昇した(P=0.01)。

結 論 : 赤ワインと無関係に得られた地中海食事で長い出血時間は血小板と血管壁との小さな相互作用を意味して、心臓血管系リスクの観点で有効である。この影響は出血時間の止血性決定要因(フォン・ヴィレブランド因子、体外の血小板機能)の測定値変化では説明できず、未知の血管因子が原因と思われる。

適度な赤ワイン摂取はコラーゲン刺激後に体外で血小板の凝集と分泌を有意に高めた。この結果は従来の報告と相反するので、心臓血管系リスクに関するこの発見の影響を解明するためにさらに研究を必要とする。

---