

標 題： The Diet and 15-Year Death Rate in the Seven Countries Study
7 ヲ国研究における食事および 15 年間の死亡率

著 者： A. Keys, et al. (米国 ミネソタ大学 公衆衛生学部)

掲 載 誌： Am. J. Epidemiol. 124: 903-915 (1986)

要 旨： 開始時に 40~59 歳の健康な男性 11,579 人から構成された 7 ヲ国研究の 15 コ
ホートにおいて、15 年間に 2,288 人が死亡した。死亡率はコホート間で異なった。
平均年齢、血圧、血清コレステロール、および喫煙習慣の違いが全死因による
死亡率の 46%、冠状動脈性心疾患による死亡率の 80%、癌による死亡率の 35%、
そして脳卒中による死亡率の 45%を「説明した」。
体重、肥満および運動の平均値のコホート間の違いと死亡率は関連しなかった。

平均的な食事でコホートは異なった。

死亡率は飽和脂肪酸由来の食事エネルギーパーセントと正の関連をし、1 価不
飽和脂肪酸由来の食事エネルギーパーセントと負の関連をしたが、多価不飽和脂
肪酸、タンパク質、炭水化物およびアルコール由来の食事エネルギーパーセント
とは関連しなかった。

全ての死亡率は 1 価不飽和：飽和の脂肪酸比と負の関連をした。

その比を独立変数として年齢、血圧、血清コレステロール、および喫煙習慣に
加えると、全死因による死亡率の 85%、冠状動脈性心疾患による死亡率の 96%、
癌による死亡率の 55%、そして脳卒中による死亡率の 66%が説明された。

オレイン酸がコホート間の 1 価不飽和脂肪酸の違いのほぼ全てを説明した。

オリーブ油を主な油脂とするコホートで、全死因および冠状動脈性心疾患によ
る死亡率は低かった。

因果関係を主張しないが、リスク評価において住民および住民中の個人を考慮
することを要請する。

キーワード： 冠状動脈性疾患、死亡率、腫瘍、オレイン酸、住民
