

標 題 : Profiles of a healthful diet and its relationship to biomarkers in a population sample from Mediterranean southern France  
地中海南部フランスの住民サンプルにおける健康的な食事とそのバイオマーカーとの関連

---

著 者 : M. J. Gerber, et al. (フランス INSERM 疫学・代謝部)

---

掲 載 誌 : J. Am. Diet. Assoc. 100: 1164-1171 (2000)

---

要 旨 :

目 的 : 介入研究で疾患を予防するための単一栄養素補給の失敗は、食品接種の全体的視野を進展させることの必要性を強調する。

この研究の目的は、食事品質指標(DQI)を考案することおよび多次元の食事行動のバイオマーカーを確認することである。

計 画 : 地中海南部フランスで食品頻度アンケートによって栄養調査を実施した。

DQI は、心臓血管系疾患および一部の癌などの食事関連疾患を予防するための現在の食事推奨に基づいた。2番目の DQI にはタバコの使用を含めた。

統計的解析の実施 : DQI とバイオマーカーとの間で、スピアマン順位相関係数、交差分類およびクラス内相関を計算した。

結 果 : 被験者 146 人中で、10 人は健康的な食事、18 人は貧しい食事を食べた。

貧しい食事で、赤血球の n-3 系脂肪酸 [EPA と DHA]、 $\beta$ -カロテンおよびビタミン E の濃度は低く、コレステロール濃度は高かった : EPA と DHA で差は有意であり、ビタミン E は有意の境界線上であった。

タバコの使用を考慮すると、有意な相関が DQI とビタミン E (-0.12)、EPA (-0.30)、DHA (-0.28) および  $\beta$ -カロテン (-0.17) の間にみられたが、DQI とコレステロールの間にはなかった。

コレステロールを除く全てのバイオマーカーに基づく複合指標で、相関係数は 0.58 (P 0.01) に達した。

結 論 : 赤血球中の  $\beta$ -カロテン値が  $1 \mu\text{mol/L}$ 、ビタミン E が  $30 \mu\text{mol/L}$  より高く、そして脂肪酸中の EPA が 0.65%、DHA が 4% よりも高い被験者は、健康的な食事を食べたと思われる。

各バイオマーカーは食事の品質を示しており、複合指標との相関が高かった。

---