

標 題 : The role of olive oil in lowering cancer risk:
Is this real gold or simply pinchbeck?
癌リスク低下におけるオリーブ油の役割 : これは本物の金か偽物か?

著 者 : J. M. Martin-Moreno (スペイン 国立公衆衛生大学
"Instituto de Salud Carlos III")

掲 載 誌 : J. Epidemiol. Comm. Health 54: 726-727 (2000)

(本 文) 古代ギリシャで、オリーブの樹は成功と平和の象徴であり、そして抽出油は社会の重要なメンバーに塗られた。繁栄と富はオリーブ油だけでなくこの儀式によって決まると信じられたが、オリーブ自体も古代ギリシャの食事で不可欠の食品を構成した。現在、我々の社会はこれらの寓話の意味に興味はなく、実際的な事実に興味がある。現在、オリーブ油は世界中で今までになく広く使用され、そして他の植物油および動物脂の代替としての使用が増えている。我々はグローバリゼーションおよびマスメディアの強い影響のもとへと向かっているという状況なので、健康的な習慣を奨励しようとする医療専門家(患者に助言する医師を含む)およびその製品を宣伝して利益追求を求める食品会社または広告主から受け取った各種のときには矛盾するメッセージから、世界中の市民はどのように結論を得たらよいのかと思うだろう。個々の研究者に目を向けることがこの混じり合ったメッセージを明らかにするのに役立つと、我々は信じる。

雑誌のこの号で発表されたもっとも興味深い論文(1)に触発され、現在の癌の高い死亡率と罹患率およびその率を低下させる関心を前提として、我々自身に次のように問うのが道理にかなっている: オリーブ油摂取が癌リスクと逆の関連をするとの十分な証拠があるのか?

記述疫学研究から生まれたよく知られた事実を再検討することから始めるのが、たぶん賢明であろう。オリーブ油の比較的高い摂取(住民の平均摂取)がある国は、社会経済的な発展およびこの比較を認める集計データの質が同等である他国よりも低い癌の発症率および死亡率であるとみえる(2)。しかしこの記述結果の複雑に我々は気づくべきであり、問題を注意深く解析しないで直接的にこの違いは1つの要因が原因とはできない。重要なことは、一群の国を比較するときには他の食事要素および他の生活様式も変化することである。国段階(1)または結直腸癌についてこの号で発表された研究のような(3)既存の国際データベースによるよく計画された疫学研究は、交絡因子(オリーブ油摂取および同時に癌リスクに関連する可能性のある因子)として作用するもの影響を調節した後で(相関または重回帰分析で)摂取と率を検討したときに、オリーブ油摂取と癌リスクとの間の逆関連仮説をさらに裏付ける。

動物モデルでは、雌の Sprague-Dawley 系ラットで実験的に発癌過程を誘発し

た後で、オリーブ油摂取は抑制を助長するとみられて乳癌の発生および増殖はな
いか弱かった(4)。アズキシメタンで結腸癌を誘発した雄の Sprague-Dawley 系ラ
ットでは、食事性オリーブ油が結腸癌の発生を予防する傾向であり、アラキドン
酸代謝および局所 PGE(2)生成の調節が原因であろうと、最近の研究が示している
(5)。さらに、オレイン酸が多い脂肪を与えた ICR マウスは(総脂肪含量も高い食
事でも)ある誘発性癌の発症率および腫瘍の進行が小さかった(6)。

ヒトの研究に関して今は分析的な個人別の研究計画に向かっており、証拠が増
えているが、観察研究に限定される。異なる部位の癌が再検討され、研究の大部
分は過去にさかのぼるか将来に向けての症例-対照研究に基づく。

この種の方式に我々の注目を集中すると、オリーブ油摂取によって結直腸癌リ
スクを変化させて有意に低下させる可能性が少なくとも 2 件の研究で指摘される
(7,8)。さらに乳癌を予防能力でオリーブ油の役割が注目され、スペインの 2 研究
(9,10)、ギリシャの 1 研究(11)、および別のイタリア研究(12)が、オリーブ油を比
較的多く摂取すると分類された女性を他種類の油脂を摂取する女性と比較すると
約 25% のリスク低下を示した。脂肪組織の脂肪酸組成と乳癌との関連を検討する
ヨーロッパの 5 センターで実施された多国間研究で、オレイン酸摂取の直接的な
影響は認められなかったが、その油脂の不ケン化物に含まれる他の予防成分が指
摘された(13)。オリーブ油の摂取は、卵巣(14)、子宮内膜(15)、肺(16)、膵臓(17)、
口腔と咽頭(18)の癌、および男性喉頭癌患者の良い予後(18)とも逆の関連をすると、
他の疫学研究が報告している。しかし、これらの癌部位で蓄積された証拠は比較
的限定され、研究中項目との強固な関連を主張するにはさらに研究すべきである。
オリーブ油摂取と悪性腫瘍との間の逆関連の原因解釈を行う前に、残存する交絡
および報告された関連が控えめで観察疫学研究(この場合は主に症例-対照研究)
から起こりうる限界を除外すべきと、我々は肝に銘じるべきである(19)。

要約すると、オリーブ油が悪性腫瘍のリスクを低下で役割を演じる可能性があ
ると、異なる研究が示している。しかしまだ疑問が残る。その作用は現実か混同
か? どちらの癌部位が予防可能か? その作用は 1 価不飽和脂肪酸含量に由来する
のか、または不ケン化区分の抗酸化成分と関連するのか? 言い換えると、因果作
用があるなら、それはバージンオリーブ油に限定されるかまたは精製オリーブ油で
も同じであるか? 生の油(調味料)と加熱調理油(フライ)の使用で同じか? 良い作
用を増進または最小とする変更因子があるか? 人々に合理的なメッセージを普及
させるのに我々はどれほど待ってどんな種類の追加証拠が必要か、そしてどのよ
うにしてメッセージを注意深く決定すべきか?

継続中および将来のよく計画された観察研究(および特にコホート研究)がこの
関連を明らかにするのに確実に役立であろう、そしてオリーブ油の作用のさらな
る解析の正当な理由となる。しかし上記問題の確かな回答を得るには、特にオリ
ーブ油摂取の低い国を含む大規模で良く実施された試験が必要であろう。さらに
理解を進める可能性のために、この努力は価値がでる。