

標 題 : Inhibition of circulating immune cell activation :
a molecular anti-inflammatory effect of the Mediterranean diet
循環血液中免疫細胞の活性化の抑制 : 地中海食事の分子的抗炎症作用

著 者 : M.-P. Mena , et al. (スペイン Institut d'Investigacions Biomèdiques
August Pi i Sunyer (IDIBAPS) 内科)

掲 載 誌 : Am. J. Clin. Nutr. 89: 248-256 (2009)

要 旨 :

背 景 : 地中海食事の順守は心臓血管系疾患のリスク低下と関連する。
しかし、分子的なメカニズムは完全には理解されていない。

目 的 : 心臓血管系疾患の高リスク被験者で免疫細胞活性化および水溶性の炎症性バイオマーカーに対する地中海食事 2 種類の作用を、低脂肪食事の作用と比較することが目的であった。

計 画 : 対照比較研究で、糖尿病または 3 以上の心臓血管系疾患危険因子のある高齢被験者 112 人を我々はランダムに 3 つの食事介入群に割当てた : バージンオリーブ油を補給した地中海食事、ナッツを補給した地中海食事、および低脂肪食事。細胞および血清の炎症性バイオマーカーの開始時からの変化を 3 ヶ月で評価した。

結 果 : 106 人の参加者 (女性 43%、平均年齢 68 歳) が研究を完了した。
3 ヶ月で、白血球ホーミングで重要な接着分子である CD49d、および炎症促進性リガンドである CD40 の単球発現が両方の地中海食事後に低下したが ($P<0.05$)、低脂肪食事後には低下しなかった。
内皮表面への白血球の強い接着で重要な炎症性メディエーターであるインターロイキン-6 および水溶性細胞間接着分子-1 が、両方の地中海食事群で低下した ($P<0.05$)。
水溶性血管細胞接着分子-1 および C-反応性タンパク質はバージンオリーブ油による地中海食事後だけ低下したが ($P<0.05$)、一方でインターロイキン-6、水溶性血管細胞接着分子-1 および水溶性細胞間接着分子-1 は低脂肪食事後に上昇した ($P<0.05$)。

結 論 : バージンオリーブ油またはナッツを補給した地中海食事は、心臓血管系疾患の高リスク被験者でアテローム発生と関連する細胞および循環血液中の炎症性バイオマーカーをダウンレギュレートする。
その結果は、心臓血管系疾患に対する有益な手段として地中海食事を推奨することを裏付ける。
