

標 題： Adherence to a Mediterranean diet and onset of disability in older persons
地中海食事の高い順守と高齢者における障害の発症

著 者： C. Féart, et al. (フランス ボルドーセガラン大学、INSERM U897)

掲 載 誌： Eur. J. Epidemiol. 26: 747-756 (2011)

要 旨：

地中海式食事の高い順守は、死亡率、心臓血管系疾患およびアルツハイマー病の低いリスクと関連するけれども、障害との関連は一度も評価されていない。

研究の目的は、地中海食事の順守と日常生活活動における障害との間の関連を調べることであった。

研究サンプルは、2001-2002年に「三市研究」に加わり5年間に少なくとも1回再検査をしたフランス、ボルドーの1,410人からなった。

地中海食事の順守(0-9点)を、食品頻度アンケートおよび24時間思い出しから計算した。

基本および道具を使う日常活動(B-IADL)における障害をLawton-BrodyおよびKatzのスケールで評価した。

統計的な解析は、性別で階層化し交絡因子で調整した。

多変量モデルで男性も女性も、地中海食事の順守と開始B-IADL障害との間に関連がないと強調された。

B-IADL障害の発症リスクは、男性では地中海食事の順守と有意には関連しなかった。

女性では、地中海食事の順守はB-IADL障害の発症リスクと逆の関連をした(スコア1点についてHR=0.90、95%信頼区間0.82-0.98)。

地中海食事順守が最高(スコア6-8)の女性は、最低(スコア0-3)の女性より50%(22-68%)低下したB-IADL障害発症の相対リスクであった。

十分に立証された健康に対する有効性に加えて、地中海食事の順守は女性において無能力化プロセスを遅らすのに寄与できる。

キーワード： 地中海食事、障害、日常生活の活動
