

標 題 : Mediterranean Diet and Type 2 Diabetes Risk in the European Prospective Investigation Into Cancer and Nutrition (EPIC) Study The InterAct project
癌と栄養に関するヨーロッパ人追跡(EPIC)研究における
地中海食事と2型糖尿病のリスク The InterAct (相互作用)プロジェクト

著 者 : The InterAct Consortium (D. Romaguera, et al)

掲 載 誌 : Diabetes Care 34: 1913-1918 (2011)

要 旨 :

目 的 : ヨーロッパ各地で、地中海食事パターンの順守と2型糖尿病発症のリスクとの間の関連を研究すること。

研究計画および方法 : 2型糖尿病を発症した被験者 11,994 人および参加者 15,798 人の階層化サブコホートからなる症例-コホート研究を、我々は設定した。このサブコホートは、癌と栄養に関するヨーロッパ人追跡(EPIC)研究においてヨーロッパ人の8コホートから参加者 340,234 人を 399 万人・年追跡した全てのコホートから選択したものである。

地中海食事に特徴的な食事成分9種類の摂取報告に基づき、相対地中海食事スコア(rMED、範囲0-18)を用いて地中海食事パターンの順守を評価した。

修正症例-コホート様式で交絡因子を調整してからCox比例ハザード回帰を用いて、相対地中海食事スコアと2型糖尿病リスクとの間の関連を評価した。

結 果 : 地中海食事の順守が中程度(rMED7-10点)および高い(rMED11-18)人の間で地中海食事の低順守者(0-6点)と比較した複数調整ハザード比は、それぞれ0.93(95%CI 0.86-1.01)および0.88(95%CI 0.79-0.97)であった(動向のP 0.013)。

<50歳の人々、肥満の参加者で、およびアルコール、肉およびオリーブ油の摂取をスコアから除外したときに、rMEDと2型糖尿病との間の関連は弱まった。

結 論 : この大規模な追跡研究で、rMEDで定義される地中海食事パターンの順守は、このヨーロッパ住民で2型糖尿病発症のリスクの小さな低下と関連した。
