

標 題 : Inhibition of circulating immune cell activation:  
a molecular anti-inflammatory effect of the Mediterranean diet  
循環血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, Instituto de Salud Carlos III 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、関与する分子的メカニズムは完全には理解されていない。

目 的 : 目的は、心臓血管系疾患の高リスク被験者でアテローム発生に関連する免疫  
細胞の活性化および水溶性の炎症性バイオマーカーに対する、2種類の地中海  
食事と低脂肪食事の影響を比較することであった。

計 画 : 対照比較試験で、糖尿病または心臓血管系疾患の危険因子が3以上ある高齢  
被験者 112 人を3つの食事介入群に、我々はランダムに割当てた : バージンオリ  
ーブ油補足の地中海食事、ナッツを補足の地中海食事、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ヵ月目に  
評価した。

結 果 : 参加者 106 人(43%が女性、平均年齢 68 歳)が研究を完了した。  
3ヵ月目に、白血球ホーミングに重要な接着分子 CD49d および炎症促進性の  
リガンド 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。  
血清のインターロイキン-6 および内皮表面への白血球の強力な接着に重要な  
炎症性メディエーターである水溶性細胞間接着分子-1 は、両方の地中海食事群  
で減少した( $P<0.05$ )。  
水溶性血管細胞接着分子-1 およびC-反応性タンパクはバージンオリーブ油入り  
地中海食事後にだけ減少したが( $P<0.05$ )、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 は低脂肪食事後に増加した  
( $P<0.05$ )。

結 論 : バージンオリーブ油またはナッツを補足した地中海食事は、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の炎症性バイ  
オマーカーを下方制御した。  
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。

---