

標 題 : Mediterranean alpha-linolenic acid-rich diet in secondary prevention of coronary heart disease
冠状動脈性心疾患の二次予防における地中海式高 α -リノレン酸食事

著 者 : M. Lorigeril, et al. [フランス INSERM (国立医学研究所)]
リヨン食事心臓研究 (The Lyon Diet Heart Study)

掲 載 誌 : Lancet 343: 1454-59 (1994)

要 旨 : 追跡、ランダム化、シングルブラインド、二次予防試験で、地中海式高 α -リノレン酸食事の影響を通常の梗塞後食事と比較した。

最初の心筋梗塞後に、患者を実験群(n=302)または対照群(n=303)にランダムに割当てた。ランダム化8週間後および毎年5年間、患者を診察した。

実験群は有意に少ない脂質、飽和脂肪、コレステロール、リノール酸を摂取し、有意に多いオレイン酸と α -リノレン酸を摂取したと、血漿の測定で確認された。血清脂質、血圧、BMI は、2つの群で同様のままであった。

実験群でアルブミン、ビタミンE、ビタミンCの血漿値は増加し、顆粒球数は減少した。

27ヵ月の平均追跡期間後に、心臓血管系死亡は対照群16人、実験群3人で；非致死性の心筋梗塞は対照群17人、実験群5人であり；この2つの主な評価項目を組合せ、予後変数を補正した後のリスク比は0.27(95%CI 0.12-0.59, p=0.001)であった。

死亡総数は対照群20人、実験群8人で、補正リスク比は0.30(95%CI 0.11-0.82, p=0.02)であった。

地中海式高 α -リノレン酸食事は、冠状動脈性の発症と死亡の二次予防において現在使用されている食事よりも有効と見える。
