

標 題 : The inverse relation between fish consumption and 20-year mortality
from coronary heart disease
魚の摂取と冠状動脈性心疾患による 20 年間の死亡率との間の逆の関連

著 者 : D. Kromhout, et al. (オランダ ライデン大学)

掲 載 誌 : New Engl. J. Med. 312: 1205-1209 (1985)

要 旨 : グリーンランド エスキモーの間の低い冠状動脈性心疾患死亡率は、魚摂取が原因とされてきた。

そこで、魚摂取と冠状動脈性心疾患との関連をオランダの町 Zutphen の男性群で研究すると、我々は決定した。

冠状動脈性心疾患のない中年男性 852 人の魚摂取に関する情報を、参加者とその妻から得られた注意深い食事歴によって 1960 年に集めた。

20 年間の追跡中に、男性 78 人が冠状動脈性心疾患で死亡した。

1960 年における魚摂取と、20 年の追跡中の冠状動脈性心疾患による死亡との間に、量依存性の逆の関連が観察された。多重ロジスティック回帰分析後にも、この関連は持続した。

魚を 1 日に少なくとも 30 g 摂取した人は、魚を食べなかった人よりも冠状動脈性心疾患による死亡率が 50% 以上低かった。

1 週間に 1 皿または 2 皿の魚摂取は冠状動脈性心疾患に対して予防価値があると、我々は結論をだす。
