

標 題 : Relationship between Mediterranean Diet Score and atherothrombotic risk: Findings from the Third National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III), 1988-1994

地中海食事スコアとアテローム血栓性リスクとの間の関連 :

第3回国民健康栄養調査(NHANES III), 1988-1994 からの調査結果

---

著 者 : S. J. Carter, et al. (米国 ブラウン大学のアルパート医学部)

---

掲 載 誌 : Atherosclerosis 210: 630-636 (2010)

---

要 旨 :

背 景 : 心臓血管系疾患の予防に良い食事モデルとして、地中海食事は米国で奨励されてきた。

目 的 : 地中海食事がアテローム血栓性バイオマーカー値の低下と関連する程度を、我々は米国の住民に基づく標本で評価しようとした。

計 画 : 18 と 90 歳の間成人 13,197 人からのデータを集めて、NHANES III, 1988-1994 の一部としてアテローム血栓性危険因子を評価した。  
食品頻度アンケートを使用し 24 時間の食事思い出しデータで補足して地中海食事の順守を評価して、地中海食事スコアを作成してから 3 段階で解析した。  
SUDAAN を使用する複雑なサンプリング方式を調整した多変数回帰分析を用いて、地中海食事スコアとアテローム血栓性要因との間の横断的な関連を解析した。

結 果 : 地中海食事の構成成分および食事パターンのアテローム血栓性因子との関連は、年齢および性別によって異なった。

<45 歳の男性では地中海食事スコアが上昇すると : 総コレステロール/HDL コレステロール比( $p=0.0390$ )、血清インスリン( $p=0.0414$ )、および白血球( $p=0.0246$ )が低下した。

$\geq 45$  歳の男性では地中海食事スコアが上昇すると : 総コレステロール/HDL コレステロール比( $p=0.0008$ )、ヘモグロビン A1c( $p=0.0001$ )、HOMA インデックス( $p=0.0486$ )、C-反応性タンパク( $p=0.0034$ )、フィブリノーゲン( $p=0.0028$ )が低下して、HDL コレステロール値( $p<0.0001$ )が上昇した。

閉経前の女性では地中海食事スコアが上昇すると : 総コレステロール/HDL コレステロール比( $p<0.0001$ )、非 HDL コレステロール( $p=0.0012$ )、アポリポタンパク B( $p=0.0112$ )、ヘモグロビン A1c( $p=0.0001$ )が低下して、HDL コレステロール値( $p<0.0001$ )が上昇した。

閉経後の女性では地中海食事スコアが上昇すると : 総コレステロール/HDL コレステロール比( $p=0.0005$ )、トリグリセリド( $p<0.0001$ )、血清インスリン( $p=0.0062$ )、HOMA インデックス( $p=0.0063$ )、およびホモシステイン値

( $p=0.0046$ )が低下して、HDL コレステロール値( $p=0.0005$ )が上昇した。

結 論： 地中海食事は、心臓保護性脂質組成、グルコース代謝、および炎症と凝固に関する選択的な測定値と関連すると見える。

キーワード： 地中海食事は、炎症、心臓の危険因子、脂質

---