

標 題 : Prenatal and childhood Mediterranean diet and the development of
asthma and allergies in children
出産前および小児期の地中海食事と小児の喘息およびアレルギーの進行

著 者 : L. Chatzi, M. Kogevinas (ギリシャ クレタ大学 医学部 社会医学科)

掲 載 誌 : Public Health Nutr. 2009 Sep; 12(9A): 1629-34

要 旨 :

目 的 : 出産前および小児期の地中海食事と、小児の喘息およびアレルギーの進行との間の関連について、現在の証拠を考察すること。

計 画 : 文献の再検討。

設定および結果 : 地中海沿岸諸国(スペイン、ギリシャ)で実施された4件の最近の研究およびメキシコで実施された1件が、小児期の地中海食事と小児の喘息転帰との間の関連を評価した。

全ての研究が、小児期中の地中海食事の高い水準での順守と喘息またはアレルギー性鼻炎の症状との間の有益な関連を報告した。

地中海食事の予防効果に寄与する個々の食品または食品群には、魚、果物、野菜、豆類、ナッツおよび穀物が含まれるが、有害な成分には赤身肉、マーガリン、およびジャンクフードの摂取が含まれる。

2件の研究が出産前の地中海食事に注目した: 1番目はスペインの出生コホートで、6.5歳での持続性の喘鳴、アトピー性喘鳴およびアトピーに対する妊娠中の地中海食事の高い順守の予防効果を示した; だが2番目はメキシコの横断研究で、妊娠後の6年を超える情報を収集して、妊娠中の母の地中海食事と小児のアレルギー症状との間には、現在のクシャミを除いて関連がないと示した。

結 論 : 幼い頃の地中海食事の高い水準での順守は小児の喘息およびアトピーの進行を予防すると、最近の研究の知見が示唆している。

この予防効果のメカニズムを良く理解し、摂取の最も適切なチャンスを評価し、そして疾患との関連で食事の特定成分に取り組むために、さらに研究が必要である。
