

標 題 : Mediterranean diet cools down the inflammatory milieu in type 2 diabetes:  
the MÉDITA randomized controlled trial  
地中海食事は2型糖尿病で炎症環境を落ち着かせる :  
MÉDITA ランダム対照比較試験

---

著 者 : M. I. Maiorino, et al. (イタリア ナポリ第二大学 内科・外科・神経・代謝学  
および加齢学部 内分泌・代謝疾患科)

---

掲 載 誌 : Endocrine 2016 Dec; 54(3): 634-641

---

要 旨 :

地中海式食事は、心臓血管系の効能およびインスリン感受性の向上をもたらす。  
2型糖尿病で、地中海食事の順守が炎症環境の度合に影響する可能性があるとの  
証拠は、ほとんどない。

この研究の目的は、新たに診断された2型糖尿病で地中海食事がC反応性タン  
パク(CRP)とアディポネクチンの両方に影響するかどうか、および地中海食事の  
順守がそれらの血中の値に影響するかどうかを評価することであった。

2群の単一施設試験で、新たに2型糖尿病と診断された215人の男性と女性を  
地中海食事(n=108、男性54と女性54)または低脂肪食事(n=107、男性52と女性  
55)にランダムに分け、合計8.1年間追跡した。

開始時の問診および1年目に体重、HOMA指数、C反応性タンパクおよびアデ  
ィポネクチンとその区分を評価した。

地中海食事の順守を、地中海食事スコアを計算して評価した。

1年目に、地中海食事群でC反応性タンパクが37%低下しアディポネクチンは  
43%上昇したが、低脂肪食事群では変化しなかった。

アディポネクチンの区分(高分子と非高分子)のパターンは、総アディポネクチン  
のパターンと同様の反応を示した。

地中海食事順守が最高スコア(6-9点)の糖尿病患者は<3点の糖尿病患者より  
も、低い血中C反応性タンパク値および高い血中総アディポネクチン値であった  
(P=0.001)。

このランダム対照比較の結果は、地中海食事は2型糖尿病の炎症環境を落ち着  
かせると実証する。

キーワード : 地中海食事、2型糖尿病、CRP(C反応性タンパク)、アディポネクチン

---