

標 題 : Adherence to a Mediterranean-like Diet as a Protective Factor
Against COPD: A Nested Case-Control Study.
COPD に対する予防因子としての地中海類似食事の順守 : 入れ子の症例-対照研究

著 者 : A. Fischer, et al. (スウェーデン ウメオ大学 医学部 公衆衛生・臨床医学科)

掲 載 誌 : COPD. 2019 Aug 13: 1-6

要 旨 :

栄養素が豊富な食事は、慢性閉塞性肺疾患 (COPD) の発症に対して予防効果を有すると示唆された。

伝統的な地中海食事は、抗酸化物、ビタミンおよびミネラルなどの栄養素が多いので、COPD に対する予防因子としての研究が興味深い。

そのため我々の目的は、「Västerbotten(スウェーデン北部の県)介入計画(VIP)」コホートからの住民に基づく追跡データを用いて、COPD 発症とのその関連を研究することであった。

COPD の診断でスウェーデン、ウメオ大学病院の内科を受診した 370 人からの食事に関するデータを、1432 人の対照者と比較した。

地中海食事の順守を、地中海食事スコアの修正版(MDS)で評価した。

平均年齢 55.5 歳 (標準偏差[SD]6.6 歳) で VIP に食事習慣を最初に述べた後 11.1 年(平均)(SD4.5 年)に、患者は COPD と診断された。

高い MDS は、高い教育水準および一人暮らしでないことと関連した。

共同生活および教育水準を調整した後で、中間の MDS および最高の MDS の人々は COPD 発症の確率が低かった (オッズ比[OR] 0.73、95%信頼区間[CI] 0.56-0.95 および OR 0.56、95%CI 0.37-0.86) 。

喫煙強度つまり 1 日に吸うタバコの数で調整した後も、これらの結果はそのままであった (OR 0.73、95%CI 0.53-0.99 および OR 0.59、95%CI 0.35-0.97) 。

結論として、地中海類似食事の順守は COPD の発症と逆相関するとみられる。

キーワード : COPD(慢性閉塞性肺疾患)、地中海食事、食事習慣、栄養素
