

標 題 : Network Meta-Analysis of Metabolic Effects of Olive-Oil in Humans Shows the Importance of Olive Oil Consumption With Moderate Polyphenol Levels as Part of the Mediterranean Diet
ヒトにおけるオリーブ油の代謝作用のネットワークメタ解析は地中海食事の一部としての適度なポリフェノール値のオリーブ油摂取の重要性を示す

著 者 : E. Tsartsou, et al. (ギリシャ クレタ大学 医学部 実験内分泌学研究室)

掲 載 誌 : Front. Nutr. 2019 Feb 12; 6: 6

要 旨 :

オリーブ油摂取の有益な役割は、現在広く認められている。

しかし、その健康効果は1価不飽和脂質の存在のためであるか、および/またはオリーブ油に存在する微量栄養素の抗酸化区分のためであるかは明らかでない。

本研究の目的は、代謝因子（グルコースおよび血中脂質）の変化におけるオリーブ油の正確な役割を解析し、そして抗酸化ポリフェノールの役割を研究することであった。

本研究で、ヒトの介入研究 30 件のネットワークメタ解析を我々が実施して、各成分の直接と間接の相互作用および影響を考察した。

興味深いことに、グルコース、トリグリセリド、および LDL コレステロールに対するオリーブ油の影響は地中海食事の順守を介して仲介され、HDL コレステロールを上昇させるオリーブ油ポリフェノールの唯一の顕著な影響、および被験者の抗酸化状態および炎症状態の改善を伴うと、我々は示す。

さらに、低い抗酸化ポリフェノール値がオリーブ油の有益な効果に十分であろうと我々は最初に報告し、そしてオリーブ油の脂質区分がその有益な作用の原因であろうと我々は示す。

検討された全ての要因中で、確認されたメタボリックシンドロームまたは他の慢性症状/疾患の被験者においてオリーブ油の有益な効果がさらに強調された。

結論として、ヒトの栄養におけるオリーブ油の役割の再構築へと導ける新しい知識を、これら全ての研究結果が提供する。

キーワード : オリーブ油、ポリフェノール、代謝、地中海食事、HDL、コレステロール、グルコース
