

標 題 : A Higher Mediterranean Diet Score, Including Unprocessed Red Meat, Is Associated with Reduced Risk of Central Nervous System Demyelination in a Case-Control Study of Australian Adults.

未加工の赤身肉を含む高い地中海食事スコアはオーストラリア成人の症例-対照研究で中枢神経系脱髄の低下したリスクと関連する

著 者 : L. J. Black, et al. (オーストラリア カーティン大学 公衆衛生学部)

掲 載 誌 : J. Nutr. 2019 Aug 1; 149(8): 1385-1392

要 旨 :

背 景 : 食事と多発性硬化症(MS)のリスクに関連する証拠は決定的でない。

目 的 : この研究の目的は、地中海食事と、多発性硬化症の共通の前兆、中枢神経系脱髄(FCD)の最初の臨床診断のリスクとの関連を研究することであった。

方 法 : 中枢神経系脱髄の環境的危険因子を年齢、性別、および研究地域を合わせた被験者で調べるオーストラリアの多施設症例対照研究(症例 282 人、対照 558 人、18-59 歳、女性 78%)である 2003-2006 年の Ausimmune 研究のデータを、我々は使用した。

代替地中海食事スコアを、食事頻度アンケートのデータに基づいて計算した。未加工の赤身肉の 1 日分(65g)摂取を 1 点とする地中海食事スコアの改訂版を我々は作り出した。

他の全ての成分は、地中海食事スコアと同じままであった。

条件付きロジスティック回帰(症例 254 人、対照 451 人)を使用し、感染性単核球症の病歴、血清 25-ヒドロキシビタミン D 濃度、喫煙、教育、総エネルギー摂取、および食事の過少申告を調整して、代替地中海食事スコアおよび改訂版地中海食事スコアと中枢神経系脱髄の種類およびリスクとの間の関連を検定した。

結 果 : 代替地中海食事スコアと中枢神経系脱髄のリスクとの間に、統計的に有意な関連はなかった[スコア 1-SD 上昇当たり ; 調整オッズ比(aOR): 0.89 ; 95%CI: 0.75-1.06; P=0.181]。

二次項を使用したときに、改訂版地中海食事スコアと中枢神経系脱髄のリスクとの間の非線形関係の証拠があった(P=0.016)。

改訂版地中海食事スコアの最低区分と比較して、高い区分は中枢神経系脱髄のリスク低下と有意に関連し、2、3、および4区分でそれぞれ 37%(aOR:0.63 ; 95%CI:0.41-0.98 ; P=0.039)、52%(aOR:0.48 ; 95%CI:0.28-0.83 ; P=0.009)および 42%(aOR:0.58 ; 95%CI:0.35-0.96 ; P=0.034)に対応した。

結 論： 未加工の赤身肉を含む地中海食事は、このオーストラリア成人集団で中枢神経系脱髄のリスク低下と関連した。

地中海食事に未加工の赤身肉を加えることは、多発性硬化症のリスクが高い人々にとって有益となる可能性がある。

著作権©：アメリカ栄養学会 2019年。

キーワード： Ausimmune 研究、地中海食事は、多発性硬化症、栄養と疾患、栄養疫学

---