

標 題 : Association between the prevalence of obesity and adherence to the Mediterranean diet: the ATTICA study
肥満の発生率と地中海食事への順守との間の関連 : ATTICA 研究

著 者 : D. B. Panagiotakos, C. Chrysohoou, et al. (ギリシャ アテネ大学医学部、他)

掲 載 誌 : Nutrition 22: 449-456 (2006)

要 旨 :

目 的 : 我々は、肥満の発生率を地中海食事との関連で評価した。

方 法 : 我々は、心臓血管系疾患の病歴がないランダムに登録した男性 1514 人(18 - 87 歳)および女性 1528 人(18 - 89 歳)で横断調査を実施した。身体計測指標を測定し、通常の週における各種食品の頻度を記録した。地中海食事への順守を、地中海食事の固有特性を含む食事評点(diet score)によって評価した。

結 果 : 過体重の発生率は男性が 53%で女性は 31%、肥満の発生率は男性が 20%で女性は 15%であった。

食事評点との逆相関は、ウェスト - ヒップ比 ($r = -0.31, P < 0.001$) および BMI ($r = -0.4, P < 0.001$) で性別と年齢を補正した後に観察された。地中海食事を最も順守する人は非地中海食事と比較して、肥満となるオッズ比が 51% 低く (オッズ比 0.49、95%信頼区間 : 0.42 から 0.56)、中心性肥満となるオッズ比は 59% 低かった (オッズ比 0.41、95%信頼区間 : 0.35 から 0.47) (年齢、性別、活動状況、代謝およびその他変数を補正後)。

結 論 : 地中海食事パターンへの順守と肥満発生率との間の逆相関を、自由食の男性と女性の人口に基づく標本で各種の交絡因子に関係なく、我々は観察した。
