

標 題： Impact of lifestyle habits on the prevalence of the metabolic syndrome among Greek adults from the ATTICA Study
代謝症候群の有病率に対する生活習慣の影響、ATTICA 研究のギリシャ成人で

著 者： D. B. Panagiotakos, et al. (ギリシャ アテネ大学)

掲 載 誌： Am. Heart J. 147: 106-112 (2004)

要 旨：

背 景： 代謝症候群がある人は冠状動脈性心疾患のリスクが高く、積極的な生活様式の変換から利益を得るだろう。本研究で我々は、代謝症候群の有病率に対する余暇時の運動および地中海食事の影響を評価した。

方 法： ATTICA 研究は健康および栄養の調査である。多段階ランダムサンプリングに基づいて、心臓血管系疾患と糖尿病の兆候のない男性 1128 名と女性 1154 名(> 18 歳)をアテネ広域圏から 2001 から 2002 年に登録した。

代謝症候群を、NCEP(国立コレステロール教育計画)の ATP(成人治療パネル) の基準に従って定義した。

運動を、詳細な質問表および kcal/分のエネルギー消費によって測定した。地中海食事を、栄養質問表で評価した。

結 果： 代謝症候群の有病率は被験者 2282 名中 453 名であった(19.8%)。この被験者中で、男性が 284 名(25.2%)で女性は 169 名(14.6%)であった($P < 0.001$)。代謝症候群の有病率は年齢に従って増加した(傾向の $P < 0.001$)。

多変量ロジスティック回帰分析で、参加者が地中海食事を摂取したときに代謝症候群となるオッズ比は 0.81(95%CI、0.68 - 0.976)で、少しから中程度の運動をしたときは(< 7 kcal/分)オッズ比が 0.75(95%CI、0.65 - 0.86)であった。

代謝症候群の参加者における炎症性および凝固性指標の高い値は、生活様式変換により前述の影響の多くを説明できなかった。

結 論： 代謝症候群はギリシャでよく見られ、中年の人々でさらに多くなっている。提案した生活様式による治療法は、脂質、炎症性および凝固性の指標を超えて代謝症候群の有病率低下に寄与するであろう。
