

標 題： Complementary effects of Mediterranean diet and moderate red wine intake on haemostatic cardiovascular risk factors
地中海食事と適度な赤ワイン摂取の止血性心臓血管系疾患危険因子に対する補足的な影響

著 者： D. Messano, et al. (チリ チリ カトリック大学)

掲 載 誌： Eur. J. Clin. Nutr. 55: 444-451 (2001)

要 旨：

目 的： アルコール無の地中海食事と高脂肪食事の止血性心臓血管系疾患危険因子(HCVRF)の血漿濃度に対する影響を比較すること。
また赤ワインを加えると食事と別に HCVRF が変わるかを試験すること。

計画、被験者、介入： 対照付の追跡介入研究。各 21 名の健常男子大学生(22 ± 3.4 歳) 2 群が、地中海食事または高脂肪食事を 90 日間摂取した。30 日と 60 日の間に赤ワインを 240ml / 日加えた。

開始時と 30、60、90 日目に採血した。研究からの脱落者は無かった。

設 定： 大学キャンパスおよび外来の栄養クリニック。

結 果： 高脂肪食事のボランティアは 30 日目に、凝血促進剤のフィブリノーゲン (22%)、ファクター c(9%)、およびファクター c(4%)が増加し、天然抗凝血剤の抗トロンビン (3%)、プロテイン C(11%)とプロテイン S (6%)が減少してプラズミノーゲン活性化阻害剤-1 は 20%減少した。

同じ時に地中海食事の群は、フィブリノーゲン(4%)、抗トロンビン (5%)、プロテイン C(3%)、プロテイン S (2.7%)を増加し、ファクター c(9%)、およびプラズミノーゲン活性化阻害剤-1(21%)を減少した。

開始時の値を補正後に地中海食事は、血漿フィブリノーゲン(P=0.03)、ファクター c(P=0.034)およびファクター c(P=0.0057)の低い値、そしてプロテイン S (P=0.013)の高い値と関連した。

赤ワインを加えると両方の食事で、血漿フィブリノーゲン(P=0.001) とファクター c(P=0.05)の減少がもたらされ、組織のプラズミノーゲン活性化剤抗体(P=0.01)とプラズミノーゲン活性化阻害剤-1 抗体(P=0.0003)の増加がもたらされた。ワイン摂取はまた抗トロンビン に対する有意な(P=0.01)一致しない影響と関連した：高脂肪食事で 10%低下したが、地中海食事では少し上昇。血漿プロテイン C と C-反応性タンパクではワインの影響は検出されなかった。

結 論： 地中海食事および適度な赤ワイン摂取は、お互いに補って止血性心臓血管

系疾患危険因子に対して最も有効な影響をする。
