

標 題： Dietary pattern analysis : a new direction in nutritional epidemiology  
食事パターン解析：栄養疫学における新しい傾向

---

著 者： Frank. B. Hu (米国 ハーバード大学 公衆衛生学部)

---

掲 載 誌： Current Opinion in Lipidology 13: 3-9 (2002)

---

要 旨： 最近、食事と慢性疾患リスクとの関連を調べる代替・補完方法として、食事パターン解析が出現した。

個々の栄養素または食品を調べる代わりに、パターン解析は食事全体の影響を調べる。

概念的に、食事パターンは食事と栄養の摂取の広い視点を描くので、個々の食品または栄養素よりも疾患リスクをよく予想するであろう。

要因またはクラスター分析から由来する食事パターンは、疾患リスクまたは死亡率を予測すると、複数の研究が示唆している。

さらに、ある食事パターン(例、地中海食事)または疾患リスクを減らすための現行食事指針に対する順守を評価する食食品質指数の使用に関心が高まっている。

この総説で我々は、食事パターンを研究する理由を説明し、食事パターンを解析する定量的な方法およびその再現性と妥当性を考察し、さらに主な食事パターンと心臓血管系疾患リスクとの関連について入手可能な証拠も考察する。

---