

標 題 : Mediterranean diet and quality of life: Baseline cross-sectional analysis of the PREDIMED-PLUS trial.

地中海食事と生活の質 : PREDIMED-PLUS 試験の開始時の横断解析

---

著 者 : I. Galilea-Zabalza, et al. (スペイン Osasunbidea-Servicio Navarro de Salud Atención Primaria[初期診療])

---

掲 載 誌 : PLoS One. 2018 Jun 18; 13(6): e198974

---

要 旨 :

伝統的な地中海食事の順守を捉える 17 項目のスコアが良い健康関連の生活の質と関連するかを、メタボリックシンドロームのある過体重または肥満の高齢スペイン人の男性と女性で、我々は評価した。

PREDIMED-Plus 研究に参加した 6430 人の男性と女性(年齢 55-70 歳)からの開始時のデータを、我々は解析した。

PREDIMED-Plus は多施設のランダム化試験で、エネルギー制限地中海食事と運動および心臓血管系一次予防のための行動療法の推奨との組合せを地中海食事単独と比較して試験する。

参加者は、健康関連の生活の質に関する 36 項目のアンケートおよび地中海食事の順守を評価する 17 項目のアンケートを回答した。

我々は共分散分析および多変数調整線形回帰モデルを使用し、地中海食事順守の区分に従って、生活の質の尺度の調整した開始時の平均値を比較した。

地中海食事の高い順守は、健康関連の生活の質の 8 項目で良いスコアと独立して関連した。

地中海食事順守の最高と最低のグループ間で、活力、感情的な役割およびメンタルヘルスで調整後に 3 点以上の差が観察され、他の項目で 2 点以上の差が観察された。

結論として、地中海食事の順守と生活の質の複数項目との間で、プラスの関連をこの研究は示す。

---