

標 題 : Diet Quality Indices and Risk of Type 2 Diabetes Mellitus:  
The Singapore Chinese Health Study.  
食事品質指数と2型糖尿病のリスク : シンガポール中国人健康研究

---

著 者 : G-C. Chen, et al. (中華民国(台湾) 東呉大学(Soochow University)  
公衆衛生学部 栄養・食品衛生学科)

---

掲 載 誌 : Am. J. Epidemiol. 2018 Dec 1; 187(12): 2651-2661

---

要 旨 :

西洋人で2型糖尿病のリスクと逆相関する定義済の食事パターンは、アジア人でも同様に低い2型糖尿病リスクと関連するかどうかを、我々が検証することを目的とした。

シンガポール中国人健康研究で、開始時に(1993-1998年)糖尿病、がん、および心臓血管系疾患のない中年および高齢の(年齢 45-74歳)45,411人を、我々は収録した。

参加者に、2010年まで2型糖尿病の診断を繰り返し行った。

認証済の食事アンケートを使用して、食事情報を集めた。

代替地中海食事(aMED)、代替健康的摂食指数2010(AHEI-2010)、高血圧を予防するための食事手法(DASH)食事、全般的植物由来食事指数、および健康的植物由来食事指数に関して、食事パターンスコアを計算した。

中央値で11.1年の追跡中に、2型糖尿病の発症例5,207件が起こった。

複数の潜在的交絡因子の調整後に、最高スコア(5段階)を最低と比較したとき、5件の食事パターンスコアは16%(aMED)から29%(DASH)まで2型糖尿病の低いリスクと有意に関連した(全て動向のP値<0.001)。

開始時の年齢、性別、BMI、または高血圧状況によってこれらの関連は実質的に変化しなかったが、それは非喫煙者に限定された(aMED : 動向のP値<0.001、AHEI-2010 : 動向のP値=0.03)。

西洋人に由来する複数の定義済み食事品質指数によって反映された高品質食事の順守は、アジア人で2型糖尿病の低いリスクと有意に関連した。

---