

標 題 : Associations of evolutionary-concordance diet, Mediterranean diet and evolutionary-concordance lifestyle pattern scores with all-cause and cause-specific mortality  
進化調和-食事、地中海食事および進化調和-生活様式パターンスコアと総死亡率および原因別死亡率との関連

---

著 者 : E. Cheng, et al. (米国 アトランタ  
エモリー大学 Rollins 公衆衛生学部 疫学科)

---

掲 載 誌 : Br. J. Nutr. 2018 Dec 18: 1-10 [発行に先立つ電子出版]

---

要 旨 :

各種の独特な食事および生活様式の要因は、死亡率と関連する。

これらの要因を集合的に調査することは、食事および生活様式のパターンが平均余命に寄与するかどうかを明らかにするのに役立つであろう。

以前に述べた進化調和-食事および地中海食事パターンのスコアそして新しい進化調和-生活様式パターンスコアと、総死亡率および原因別死亡率との関連を、追跡研究である「アイオワ女性健康研究(1986-2012年)」で我々は調べた。

我々は Willett の食事頻度アンケート回答から食事パターンスコアを作り出し、自己申告の運動、BMI および喫煙状態から生活様式パターンスコアを作り出し、そして多変量コックス比例ハザード回帰を使用して死亡率との関連を評価した。

開始時に 55-66 歳でがんのない女性 35,221 人のうち、18,687 人が追跡中に死亡した。

進化調和-生活様式パターンスコアの 5 段階で最高と最低を比較した参加者の総死亡率、心臓血管系疾患全体の死亡率およびがん全体の死亡率の調整ハザード比(HR)と 95%信頼区間(CI)は、それぞれ 0.52(95%CI 0.50-0.55)、0.53(95%CI 0.49-0.57)および 0.51(95%CI 0.46-0.57)であった。

地中海食事スコアに関して対応する調査結果は HR 0.85(95%CI 0.82-0.90)、0.83(95%CI 0.76-0.90)、および 0.93(95%CI 0.84-1.03)であり、そして進化調和-食事スコアに関してそれは無効に近く統計的に有意でなかった。

最小の推計リスクは、5 段階で最高の生活様式スコアとどちらかの食事スコアの組み合わせにあった(交互作用の P および  $I_t$  ; 0.01)。

我々の研究結果は、(1)地中海食事に良く似た食事パターンおよび(2)進化調和-生活様式に良く似た生活様式パターンの単独、および進化調和-生活様式食事または地中海食事パターンとの相互作用が、死亡率と逆相関する可能性がある。

キーワード : HR : ハザード比、ICD : 国際疾病分類、コホート研究、生活様式、地中海食事、死亡率、旧石器時代食事(パレオダイエット)

---