

標 題 : Extra virgin olive oil consumption reduces the risk of osteoporotic fractures in the PREDIMED trial  
PREDIMED 試験でエクストラバージンオリーブ油の摂取は骨粗しょう症性骨折のリスクを減らす

---

著 者 : J F García-Gavilán, et al. (スペイン ルビーラ・イ・ビルジーリ大学 Sant Joan de Reus 大学病院 医学・健康科学部 生化学・生命工学科 ヒト栄養部門)

---

掲 載 誌 : Clin Nutr. 2018 Feb; 37(1): 329-335.

---

要 旨 :

背景と目的 : 骨粗しょう症性骨折の発症率は、地中海沿岸の諸国で低い。

バージンオリーブ油は、代謝および心臓血管の健康に対する有益な効果が認識されている地中海食事の重要な成分であり、それが骨粗しょう症性骨折のリスクを低下させる可能性がある。

この研究の目的は、中年および高齢の地中海沿岸住民で骨粗しょう症関連一骨折のリスクに対するオリーブ油全体とその品種の長期間摂取の影響を探索することであった。

方 法 : PREvención con DIeta MEDiterránea(PREDIMED)試験のレウス(スペイン)センターで募集した全ての参加者(n=870)を、我々は収録した。

55-80歳で心臓血管リスクが高い人々が、エクストラバージンオリーブ油を補給した地中海食事、ナッツを補給した地中海食事、または低脂肪食事に、ランダムに分けられた。

今回の解析は、試験に入れ子にした観察コホート研究であった。

認証済の食品頻度アンケートを使用して、食事習慣およびオリーブ油摂取を評価した。

骨粗しょう症性骨折全体に関する情報を、診療記録の系統的レビューから得た。

オリーブ油摂取の毎年繰り返した測定値と骨折リスクとの間の関連を、多変量コックス比例ハザードで評価した。

結 果 : 追跡期間 8.9 年(中央値)中に骨粗しょう症関連一骨折の発症 114 件を、我々は記録した。

処置割り当ては、骨折リスクに影響がなかった。

エクストラバージンオリーブ油摂取が最高(3段階)の参加者は、潜在交絡因子を調整した後で最低の被験者と比較して、51%低い骨折のリスクであった(HR: 0.49; 95%CI: 0.29-0.81. 動向の P=0.004)。

総および共通のオリーブ油摂取は、骨折のリスクと関連しなかった。

結 論： 心臓血管リスクが高い中年から高齢の地中海沿岸住民で、エクストラバージンオリーブ油の高い摂取は、骨粗しょう症関連—骨折の低いリスクと関連する。

キーワード： 加 齢、オリーブ油、骨粗しょう症性骨折、予 防

著作権 © 2017 年 エルゼビア社およびヨーロッパ臨床栄養・代謝学会。版權所有。

---