

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。  
FMD News Vol.71をお届けいたします。

facebook



FMD  
OWNER'S CLUB



## 9月のTOPICS

### ■ お腹周り気になりませんか？ The Framingham Offspring Cohort と FMD-J より

この度、The Framingham Offspring Cohort よりウエスト周囲長と食生活について報告がございました。  
関連して、先に報告されている FMD-J 研究の結果と共に報告させていただきます。

#### <The Framingham Offspring Cohort より>

The Framingham Offspring Cohort はフラミンガム研究の参加者の第二世代、3,121 人（平均年齢 54.9±0.2 歳、女性 54.5%、BMI27.2±0.1）を、中央値 18.1 年追跡した研究です。追跡期間中、約 4 年ごとに食習慣、喫煙や飲酒、身体活動状況などを調査した。

年齢、性別、BMI、摂取エネルギー量、喫煙、飲酒、身体活動量、糖尿病、高血圧、脂質異常症、閉経状態などで調整後、全粒穀物の摂取量が多い人ほど、ウエスト周囲長や血圧、血糖の上昇が押さえられることが示された。

ウエスト周囲長は、全粒穀物の摂取量が最も少ない群（8g/日未満）では 4 年ごとに 3.01±0.13cm 増加したのに対し、摂取量が多い群（48g/日以上）の変化量は 1.84±0.23cm であった（ $P < 0.001$ ）。収縮期血圧は、1.32 ± 0.28mmHg、0.55 ± 0.49mmHg の上昇（ $P = 0.009$ ）、空腹時血糖値は、2.51 ± 0.20mg/dL、1.04±0.38mg/dL の上昇（ $P = 0.001$ ）であった。また、中性脂肪や HDL-コレステロールについては有意でないながらも、全粒穀物の摂取量が多い群では変化量が少なかった。

また、全粒穀物の大半は、全粒小麦パンか加工されたシリアル食品であり、精製穀物は主としてパスタと白パンとして摂取されていた。

J Nutr. 2021 Jul 13;nxab177. doi: 10.1093

#### < FMD-J Study より>

ウエスト周囲長（WC）、ウエスト身長比（WHtR）、ボディマス指数（BMI）は、肥満の簡便な測定マーカーおよび心血管転帰を予測するためのスクリーニングツールとして知られていますが、どの指標が最適かは不明です。この度 FMD-J 研究において、心血管転帰のサロゲートマーカーとして、各指標と FMD との間の優位性および関連性を調査した。

冠状動脈疾患と高血圧または糖尿病を患っている 1,645 人を登録し、そのうちデータ不備がない 1,087 人について分析しました。高 WHtR グループ（ $\geq 0.5$ ）は、低 WHtR グループと比較して、アテローム性動脈硬化症に関連して、より高い罹患率と炎症反応の増加を示しました。高 WHtR と高齢は低 FMD の予測因子でした（オッズ比（OR）1.39、95% 信頼区間（CI）1.02-1.88、 $P = 0.037$  および OR1.55、95% CI 1.19-2.01、 $P = 0.001$ ）。ただし、WC は男性も女性もそのリスクと関連はありませんでした（男性：OR 1.37、95% CI 0.97-1.93、 $P = 0.076$ ；女性：OR 1.08、95% CI 0.68-1.73、 $P = 0.74$ ）。また高 BMI と低 FMD の間でも関連はありませんでした（OR 0.92、95% CI 0.71-1.19、 $P = 0.54$ ）。

今回の結果は既報とは異なる結果かもしれませんが、近年の FMD 評価の信頼性はさまざまな方法を使用して向上しています。したがって、今回の結果の精度は以前の報告よりも大幅に高いと考えています。

WHtR は、他の測定指標よりも FMD 低下の優れた予測因子であり、動脈硬化症の進行をより高感度に検出できる可能性があります。

Circ J. 2017 Nov 24;81(12):1911-1918. doi: 10.1253