

研究・調査報告書

| | |
|--|----------------------|
| 報告書番号 | 担当 |
| 9 5 | 滋賀医科大学社会医学講座福祉保健医学部門 |
| 題名 (原題/訳) | |
| The impact of 3-year changes in lifestyle habits on metabolic syndrome parameters: the D.E.S.I.R study. 3年間の生活習慣の変化がメタボリックシンドロームの各因子に与えた影響 | |
| 執筆者 | |
| Balkau B, Vierron E, Vernay M, Born C, Arondel D, Petrella A, Ducimetiere P; D.E.S.I.R Study Group. | |
| 掲載誌 (番号又は発行年月日) | |
| Eur J Cardiovasc Prev Rehabil. 2006 Jun;13(3):334-40. | |
| キーワード | |
| アルコール、メタボリックシンドローム、身体活動、喫煙 | |
| 要 旨 | |
| <p>背景： 一般住民集団の生活習慣の変化がメタボリックシンドロームの各因子に与える影響を検討した研究は驚くほどわずかである。</p> <p>方法： フランスのインスリン抵抗性に関する疫学研究のデータから 30 歳から 60 歳の男性 1958 人、女性 2028 人を対象に 3 年間の身体活動、スポーツ活動、飲酒、喫煙習慣の変化がメタボリックシンドロームの各因子 (インスリン、血糖、HDL コレステロール、中性脂肪、収縮期血圧、腹囲) に与える影響を検討した。</p> <p>結果： 男性では 3 年間のスポーツ活動の増加によりインスリン、血糖、収縮期血圧、腹囲が減少したが女性では腹囲の減少のみを認めた。家庭での活動量の増加による効果は HDL コレステロールの増加、中性脂肪、腹囲、BMI の減少が男性に認められたが女性では有意な関連は認めなかった。また、飲酒量の減少は男性でのみ HDL コレステロール、収縮期血圧の低下を認めたのに対し喫煙量の低下によってインスリン、血糖、中性脂肪、腹囲、BMI の有意な増加を認め女性では HDL コレステロール、BMI、腹囲の増加を認めた。これらの効果はいずれも主に禁煙者に認められた。</p> <p>結論： 3 年間の身体活動の変化は特に男性でメタボリックシンドロームの各因子に良い効果を与えた。禁煙と少量飲酒はこれらの因子に良悪混合した効果を与えた。</p> | |