

食物繊維摂取量と循環器疾患・脳卒中との関連 (NIPPON DATA80、24年追跡、男女8925人)

図1. 食物繊維摂取量と循環器疾患死亡リスク

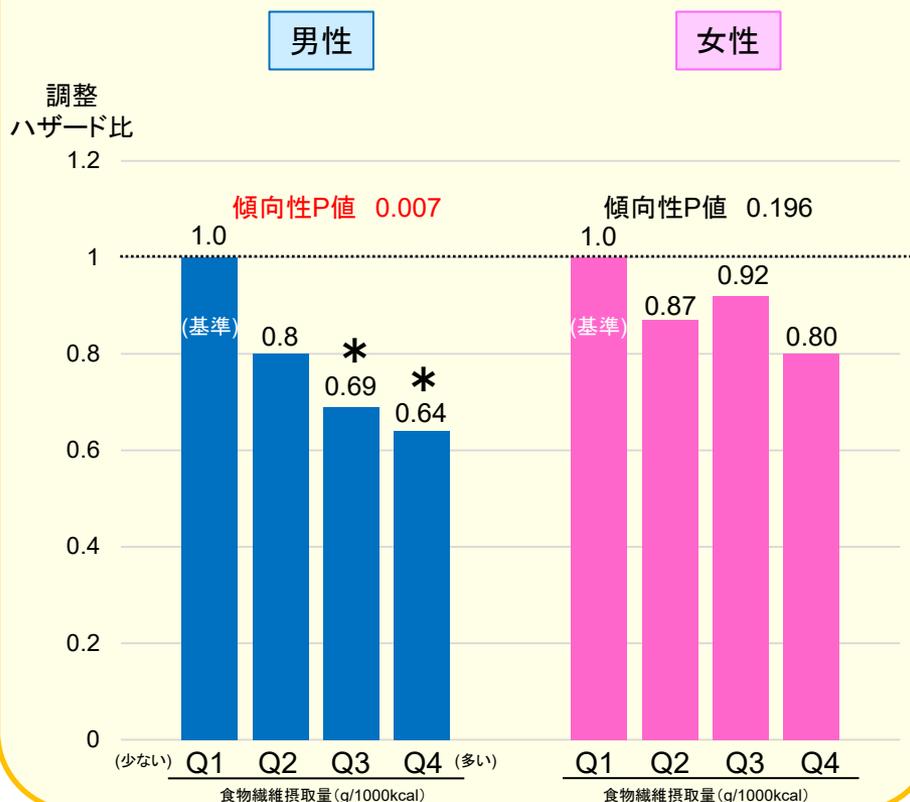
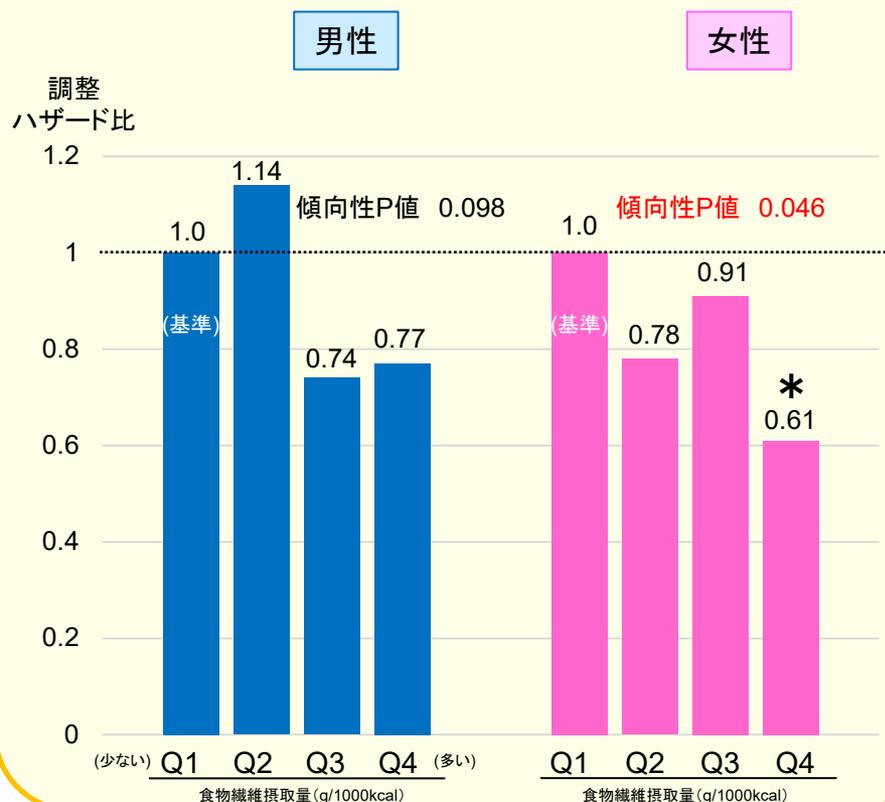


図2. 食物繊維摂取量と脳卒中死亡リスク



調整ハザード比は各栄養素の摂取密度の四分位を取り、最も低い群(Q1)を基準とし、下記の調整変数で調整したもの。

調整変数: 年齢、喫煙状況、飲酒状況、降圧薬服用、糖尿病既往歴、飽和脂肪酸・長鎖n-3系多価不飽和脂肪酸・食塩の各摂取密度、糖質摂取割合

* 調整ハザード比 P値 < 0.05

Miyazawa I, et al. *Eur J Clin Nutr.* 2020