

作成番号:0287

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

号数:2025-287

内容:赤ワインは悪玉 LDL コレステロールを減少させる

出典:The effects of wine consumption and lipid profile: A systematic review and meta-analysis of clinical trials.

The journal of nutrition, health & aging. 2025 Mar 22;29(6);100539. doi:

10.1016/j.jnha.2025.100539.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40121963/>

ワイン摂取がトリグリセライド、総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、フィブリノゲンなどの脂質プロファイルに及ぼす影響について、スペイン・University of Castilla-La Mancha の研究者らが系統的レビューとメタ解析を実施した。その結果は The Journal of Nutrition, Health and Aging 誌 2025 年 6 月号に掲載された。

本研究には、系統的レビューに 33 件の研究が含まれ、29 件がメタ解析に含まれた。

・赤ワインの影響に関して前後比較研究において赤ワインの LDL コレステロールに対する影響のみが有意であった(−0.29、95%CI: −0.54〜−0.05)。白ワインの影響に関して有意な結果は示されなかった。

本研究から、赤ワイン摂取は LDL コレステロールを減少させる効果があり、総コレステロール、HDL コレステロール、トリグリセライド、フィブリノゲンには影響がないこと、介入期間が長いほどトリグリセライドと総コレステロール値に効果的であることが示された。

LDL

