



Studie: Herzgesundheitliche Vorteile von Erdnüssen

Referenz Luu HN, Blot WJ, Xiang YB, et al. Prospektive Bewertung des Zusammenhangs von Nuss-/Erdnussverzehr mit Gesamt- und ursachenspezifischer Sterblichkeit. JAMA Intern Med. 2015 März 2. [Epub ahead of print] Design Diese Studie untersuchte den Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Nüssen und der Gesamtsterblichkeit sowie der ursachenspezifischen Sterblichkeit bei Amerikanern afrikanischer und europäischer Abstammung, die überwiegend einen niedrigen sozioökonomischen Status (SES) hatten, und bei in Shanghai, China, lebenden Chinesen. Teilnehmer Die Teilnehmer kamen aus 3 separaten, großen Kohorten. Die erste Kohorte bestand aus 71.764 US-Bürgern afrikanischer oder europäischer Abstammung, hauptsächlich mit niedrigem SES. Diese Teilnehmer waren Teil der Southern Community …



Referenz

Luu HN, Blot WJ, Xiang YB, et al. Prospektive Bewertung des

Zusammenhang von Nuss-/Erdnussverzehr mit Gesamt- und ursachenspezifischer Sterblichkeit. *JAMA Intern Med.* 2015 März 2. [Epub ahead of print]

Design

Diese Studie untersuchte den Zusammenhang zwischen dem Verzehr von Nüssen und der Gesamtsterblichkeit sowie der ursachenspezifischen Sterblichkeit bei Amerikanern afrikanischer und europäischer Abstammung, die überwiegend einen niedrigen sozioökonomischen Status (SES) hatten, und bei in Shanghai, China, lebenden Chinesen.

Teilnehmer

Die Teilnehmer kamen aus 3 separaten, großen Kohorten. Die erste Kohorte bestand aus 71.764 US-Bürgern afrikanischer oder europäischer Abstammung, hauptsächlich mit niedrigem SES. Diese Teilnehmer waren Teil der Southern Community Cohort Study (SCCS), die zwischen März 2002 und September 2009 im Südosten der Vereinigten Staaten durchgeführt wurde. Weitere 134.265 Teilnehmer wurden aus zwei Kohorten in Shanghai, China, gezogen: der Shanghai Women's Health Study (SWHS; Dezember 1996-Mai 2000) und der Shanghai Men's Health Study (SMHS; Januar 2002-September 2006).

Medikation und Dosierung studieren

Fragebögen zur Lebensmittelhäufigkeit wurden verwendet, um den Gesamtverzehr von Nüssen und Erdnüssen zu bewerten. In den Shanghai Kohorten war der Verzehr von Baumnüssen selten und die Mehrheit der konsumierten Nüsse waren Erdnüsse. In der US-Kohorte waren etwa die Hälfte der verzehrten Nüsse Erdnüsse.

Zielparameter

Todesfälle in der US-Kohorte wurden durch den National Death Index und die Mortalitätsakten der Social Security Administration ermittelt; in China wurden Todesfälle über das Shanghai Vital Statistics Registry und durch zweijährliche Hausbesuche in den SWHS- und SMHS-Studien bestätigt.

Wichtige Erkenntnisse

Während einer mittleren Nachbeobachtungszeit von 5,4 Jahren im SCCS, 6,5 Jahren im SMHS und 12,2 Jahren im SWHS wurden 14.440 Todesfälle identifiziert. Der Verzehr von Nüssen war in allen 3 Kohorten umgekehrt mit dem Risiko der Gesamtmortalität assoziiert (alle *PP*)

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki