

臺北榮民總醫院營養部膳食管理科專題討論

題目： Nutrition facts panel use is associated with higher diet quality and lower glycated hemoglobin concentrations in US adults with undiagnosed prediabetes

美國成年糖尿病前期族群使用營養標示與較高飲食品質和低糖化血色素濃度相關

作者： Kollannoor-Samuel G, Shebl FM, Hawley NL, Pérez-Escamilla R

文章出處： *The American Journal of Clinical Nutrition*. 2016; ajcn136713

報告者： 周良懋

報告時間： 民國 105 年 11 月 15 日(二) 13:30-14:30

報告地點： 營養講堂

摘要：

包裝食品營養標示內容包含每份供應量、每份營養素量、每日參考值百分比等資訊，可協助消費者得知食品所含營養素量，並做為選擇較健康食品 and 執行較健康的飲食模式的參考。此外健康意識較高的消費者亦會參考包裝食品上標示的營養宣稱。先前橫斷面研究顯示，使用營養標示的消費者有較健康的飲食和有助於體重控制，然而對於營養標示和營養宣稱的使用和飲食品質的影響仍不明確。此外對於疾病高風險的族群(如：糖尿病前期)營養標示和營養宣稱的使用對於疾病發生率的影響仍未知，因此本篇研究探討美國成年糖尿病前期族群依包裝食品營養標示和營養宣稱的使用，對於飲食品質和長期血糖控制的差異。

本篇為橫斷面研究，參與者來自2005-2010年美國營養調查資料，排除掉相關因素共招募2654位平均年齡50歲糖尿病前期參與者。參與者依對包裝食品營養標示和營養宣稱使用分成四組：(1)二者皆使用、(2)二者皆不使用、(3)僅使用營養宣稱、(4)僅使用營養標示，完成2份24小時飲食回憶記錄，由實驗人員以Healthy Eating Index-2010評分飲食品質，並採集參與者的血液樣本分析糖化血色素數值。研究數據使用SAS 9.4版本，以weighted linear regression和 Rao-Scott chi-square tests進行統計分析，當 $p < 0.05$ 表示具有統計上的意義。

研究結果顯示在食品選擇方面，56.1%參與者不使用營養標示和營養宣稱，17.7%參與者僅使用營養標示，7%參與者僅使用營養宣稱。在飲食品質方面，「二者皆使用」、「僅使用營養宣稱」和「二者皆不使用者」三組皆低於「僅使用營養標示者」($p=0.019$, $p=0.033$, $p < 0.001$)。在糖化血色素方面，「二者皆使用」和「僅使用營養宣稱」二組皆高於「僅使用營養標示者」($p=0.008$, $p=0.021$)。

綜合以上結果，本篇研究顯示美國成年糖尿病前期族群，在包裝食品選擇上「僅使用營養宣稱」、「營養宣稱和營養標示同時使用」或「二者皆不使用」相較於「僅使用營養標示」，其飲食品質較低。「僅使用營養宣稱」及「營養宣稱和營養標示同時使用」相較於「僅使用營養標示」長期血糖控制較差。後續研究仍需探討成年糖尿病前期族群使用營養宣稱無法達到健康促進的原因。