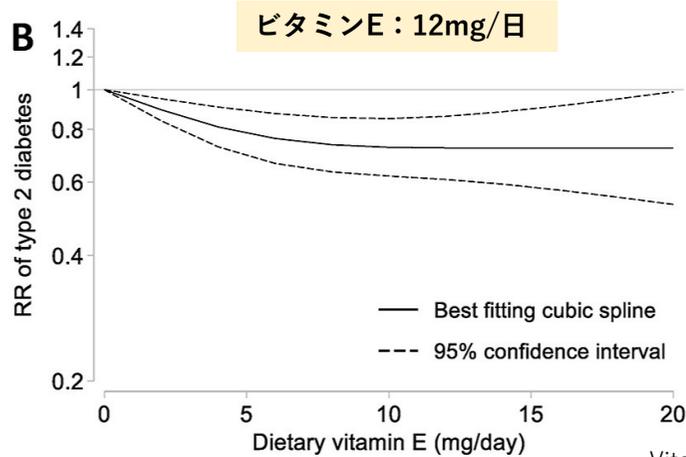
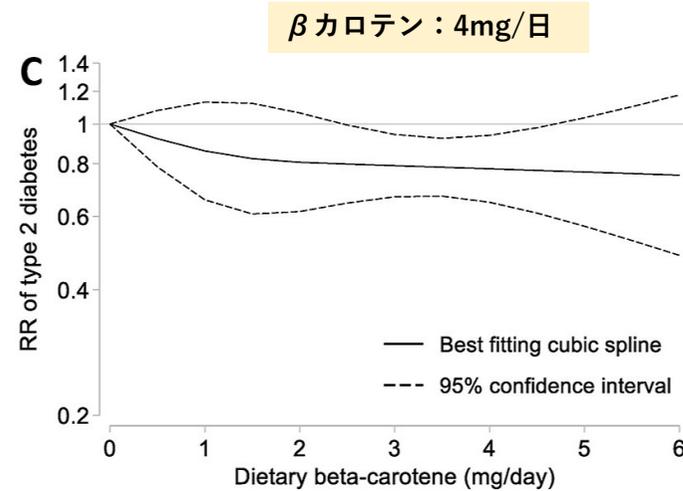
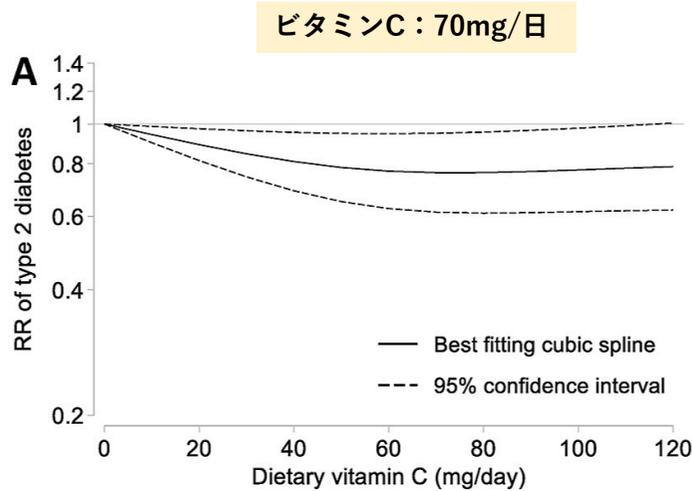


## 食事からの抗酸化物質（ビタミンA/C/E）の摂取は2型糖尿病のリスク低下と相関する



### リスクが最も低かった摂取量

ビタミンC：70mg/日

ビタミンE：12mg/日

$\beta$ カロテン：4mg/日

### summary relative risk

RR 0.76 (0.61-0.95, 95%CI)

RR 0.72 (0.61-0.86)

RR 0.78 (0.65-0.94)

一般的な食事に含まれる抗酸化物質であるビタミンC、ビタミンE、 $\beta$ カロテンと2型糖尿病との関連をランダム化比較試験（RCT）など40件のシステマチックレビューとメタ解析で検討