

授与機関名 順天堂大学

学位記番号 甲第 72 号

若年女性のアルコール摂取とヘモグロビン A1c との関係性

(Relationship between alcohol intake and hemoglobin A1 c levels in young women)

宮内 眞紀 (みやうち まき)

博士 (スポーツ健康科学)

論文内容の要旨

適度のアルコール摂取は 2 型糖尿病発症のリスクを減らすことができるが、日本人女性ではアルコール摂取と 2 型糖尿病との関係は明確ではない。千葉県銚子市の女性にはヘモグロビン A1c 高値者が多く、年齢調整死亡比も高い。我々は銚子市の若年女性で HbA1c レベルと食習慣の関連が示唆されることを見出している。そこで、本研究では HbA1c と栄養素/食品摂取との関係を検討することを目的とした。

本研究の対象者は、2015 年に市が主催する健康診断に参加し、説明を受け、書面により本研究への参加を承諾した女性 (年齢 20 - 39 歳) であった。食習慣は簡易型自記式食事歴法質問票 (BDHQ) により評価した。除外基準は、直近の 12 か月間に ± 3 kg の体重変動があった者、および BDHQ で測定されたエネルギー摂取量が不自然 (< 600 あるいは ≥ 4000 kcal/d) な者であった。73 名の女性を除外した 299 名を対象に、HbA1c と 51 種の栄養素等と 70 種の食品の摂取量 (1000 kcal あたりの密度) との関連を分析した。

HbA1c は総アルコール摂取量 ($R = -0.263$, $P < 0.001$) およびビール摂取量 ($R = -0.211$, $P < 0.001$) と有意に負に相関し、また、BMI が 22 未満から 25 以上に上昇するにつれ上昇していた ($P < 0.005$, Shirley-Williams test)。それにも関わらず、アルコール摂取は、BMI が 22 未満 ($R = -0.257$, $P < 0.001$) でも、25 以上 ($R = -0.238$, $P < 0.05$) でも HbA1c と明確に負に相関していた。

従って、習慣的なアルコール摂取は若年日本人女性の HbA1c を下げる可能性が示された。