

論文番号 51

担当

滋賀医科大学 福祉保健医学講座

題名(原題/訳)

中年男性におけるアルコール摂取と身体指標や食生活との関連

執筆者

安達 寿、平井祐治、藤浦芳久、今泉 勉

掲載誌(番号又は発行年月日)

日本公衆衛生雑誌 第47巻 第10号

キーワード

アルコール摂取、食習慣、肥満

要旨

(目的) 住民健康診査の成績から、中年男性におけるアルコール摂取と身体指標や食習慣との関連性を調べ、アルコール摂取が肥満に関連しているか否かを検討した。

(方法) 世界7カ国共同研究の対象地区の一つで、1989年に住民健康診査を受診した40歳から69歳までの男性862人を対象とした。分析対象者は809人であった。管理栄養士による24時間思いだし栄養調査を行い、栄養摂取量を調べた。アルコール摂取量はエタノール量を計算した。この他に、自己記入式で既往歴、喫煙習慣等の質問と採血、血圧値、BMIを調べた。

(結果) 血圧は飲酒量が増加するとともに高値を示した。HDLコレステロールは飲酒量とともに増加し、喫煙本数も飲酒量とともに増加した。BMIと飲酒量は関連がなかった。米の摂取は飲酒量とともに減少し、肉、魚、大豆の摂取は飲酒量とともに増加した。飲酒量が多い人ほど、食塩の摂取が多かった。

(結論) 日本人のアルコール多量飲酒者が、米のような非アルコール性の炭水化物を控え、肉や魚のような動物性タンパク質を摂る習慣があり、この食習慣に加え、喫煙習慣がある者多いこと、肥満でない者が多いことが明らかになった。