

## 論文番号 64

担当

滋賀医科大学 福祉保健医学講座

題名 (原題/訳)

The health and health behaviors of people who do not drink alcohol.

非飲酒者の健康状態と健康的な行動

執筆者

Green CA, Polen MR

掲載誌 (番号又は発行年月日)

American Journal of Preventive Medicine 2001; 21(4): 298-305

キーワード

飲酒、健康、保健サービス、メンタルヘルス、一次予防

要旨

背景

非飲酒者に比べて、適量飲酒者は良好な健康状態を有するが、大量飲酒者では疾患発症率、死亡率が高い。しかしながら、多くの研究では、非飲酒者集団の飲酒歴と健康状態の関連についての検討がなされていない。もし禁酒者が健康状態の悪化を理由に禁酒したのであれば、その分、非飲酒者のリスクは上昇する。また健康悪化の理由がアルコール関連疾患によるものであればアルコールの健康への影響を過小評価してしまうことになる。さらに個人の健康的な行動は飲酒習慣により異なる可能性があり、飲酒と健康障害の関連に影響を与えるかもしれない。

対象と方法

対象はオレゴン州の Health Maintenance Organization (メンバーに対して様々なケアを行う) である Kaiser Permanente Northwest のメンバーから無作為抽出された男性 1,453 名、女性 2,350 名 (全メンバーの 5% を無作為抽出し、応答率は 44%)。性、年齢、学歴、収入、雇用、喫煙を調整して、飲酒と心身の健康状態・機能、健康的な行動との関連を線形回帰およびロジスティック回帰分析で検討した。

結果

禁酒者と生涯非飲酒者の健康状態や活動性は飲酒者よりも悪く、禁酒者はさらに生涯非飲酒者よりも悪かった。線形回帰では、慢性疾患数および健康状態と関連する SF-36 (36-item short-form health survey) のいくつか項目の得点で、中等度までの飲酒者と比べて有意差を認めた項目が、禁酒者で 9 つ、生涯非飲酒者で 6 つあった。健康的な行動に関しては、禁酒者と中等度までの飲酒者の間に大きな差はなかったが、喫煙者の割合は禁酒者のほうが有意に高かった。一方、中等度までの飲酒者と比べて、大量飲酒者では、減量、脂肪摂取量の減少、食物せんい摂取量の増加を心がけている者の割合が低く、生涯非飲酒者では運動量の増加を心がけている者の割合が低かった。また両群ともインフルエンザワクチンの摂取率が中等度までの飲酒者と比べて低く、総じて中等度までの飲酒者と比べて健康的な行動パターンを示さなかった。

結論

禁酒者は健康状態が悪いが故に禁酒したという仮説の通り、禁酒者の健康状態は飲酒者より悪く、中等度までの飲酒者との差に比べれば違いは大きくないものの、生涯非飲酒者に比べても悪い傾向を示した。健康的な行動については、中等度までの飲酒者と比べて、禁酒者は喫煙以外に高いリスクを示さなかったが、大量飲酒者と生涯非飲酒者の健康管理には問題が認められたため、これらの集団には予防ケアや生活習慣の改善が有効と思われる。