

研究・調査報告書

報告書番号	担当
104	独立行政法人酒類総合研究所
題名（原題／訳）	
The Effect of Alcohol Intake on Insulin Sensitivity in Men: A randomized controlled trial. 男性においてアルコール摂取がインスリン感受性に与える効果	
執筆者	
Zilkens RR, Burke V, Watts G, Beilin LJ, Puddey IB.	
掲載誌（番号又は発行年月日）	
Diabetes Care 2003 ,26(3):608-12	
キーワード	
インスリン、アルコール、耐糖能負荷試験	
要 旨	
<p>一般的なデータからアルコールの摂取は二相性で糖尿病のリスクに影響を与えるといわれているが、これまでに実験管理された状況でのデータはない。本研究では適度な摂取から多量摂取の人でアルコールの摂取量を減少させることがインスリン感受性の回復に役立つか否かについての検討をおこなった。</p> <p>方法として、被験者には 4 週間、通常の飲酒生活を送ってもらい、その後研究に参加してもらった。被験者は通常摂取しているアルコールを 0.9%アルコールが含まれるビールに変えるか、これまでのアルコール類を摂取し続けてもらった。4 週間摂取後、インスリン感受性を耐糖能負荷試験、恒常性評価スコア(HOMA)、アルコール摂取のバイオマーカー（γGT や HDL コレステロール）を調査した。</p> <p>その結果、16 人の健康男性被験者で年齢は 51 +/- 2.7 歳で 26.4 +/- 0.61 BMI であった。2 つのグループ間でアルコールの摂取量に大きな差が観察された（平均 72.4vs7.9/day）。また γGT や HDL コレステロールにも顕著な減少が観察された。アルコールがインスリン感受性指標 (ISI)、絶食時インスリン、グルコースや HOMA に与える影響は観察されなかった。以上の結果から、アルコール摂取が 1 日 7.2 から 0.8 杯に減少してもインスリン感受性には変化が観察されないことが示唆された。</p>	