

研究・調査報告書

報告書番号	担当
19	滋賀医科大学福祉保健医学講座
題名（原題／訳） Moderate alcohol consumption, estrogen replacement therapy, and physical activity are associated with increased insulin sensitivity 中等量アルコール摂取、エストロゲン補充療法および身体活動はインスリン感受性を増加させる	
執筆者 Greenfield JR, Samaras K, Jenkins AB, Kelly PJ, Spector TD, Campbell LV.	
掲載誌（番号又は発行年月日） Diabetes Care. 2003 Oct;26(10):2734-40.	
キーワード 双子研究、腹部脂肪、アルコール摂取、身体活動量、インシュリン抵抗性、インシュリン感受性、HOMA-R	
要 旨 <p>目的： 本研究の目的は 1) アルコール摂取量やホルモン補充療法、身体活動量とインスリン抵抗性、インスリン分泌との関連、および 2) 腹部肥満がこれらの関係にどのように寄与するか、また 3) 遺伝子と環境の相互関係がこれらの関係にどのような影響を与えているかを調べることである。</p> <p>方法： 生活習慣がインスリン抵抗性やインスリン分泌に与える影響については様々な報告がある。本研究では 798 組の糖尿病に罹患していない女性の双生児を対象に調査を行った。インスリン抵抗性や分泌については簡便指標である HOMA-R および HOMA-beta を用いて推定した。脂肪率や体幹部腹部脂肪の割合については二重エネルギー吸収法を用いて測定した。</p> <p>結果： アルコールを摂取しているものでは摂取量にかかわらず非飲酒者と比べてインスリンや HOMA-beta の値が低かった。中等量飲酒者（11-20 単位/週）では非飲酒者に比べて HOMA-R の値が低かった。この差は体幹部腹部脂肪の割合で調整すると小さくなった。アルコール摂取量の異なる一卵性双生児ではアルコール摂取量が同じ双生児と比べて双生児間における HOMA-R の値の差が大きかった。ホルモン補充療法を受けている閉経後の女性ではホルモン補充療法を受けていない閉経後女性に比べ HOMA-R の値が低く、体幹部腹部脂肪の割合を調整しても変わらなかった。</p> <p>結論： 中等量のアルコール摂取やエストロゲン補充、身体活動は、インスリン感受性の増加と関連が認められた。中等量アルコール摂取や身体活動がインスリン感受性に良い影響を及ぼすには腹部脂肪が少ない方が良いことが明らかになった。</p>	