

## 研究・調査報告書

報告書番号	担当
3 4 5	滋賀医科大学福祉保健医学講座
<b>題名 (原題/訳)</b> Stress-Related Eating and Drinking Behavior and Body Mass Index and Predictors of This Behavior ストレス関連性の飲食・飲酒行動と BMI およびこの行動の予測因子について	
<b>執筆者</b> Jaana Laitinen, Ellen Ek, Ulla Sovio	
<b>掲載誌 (番号又は発行年月日)</b> Preventive Medicine 2002; 34: 29-39	
<b>キーワード</b> ストレス、ボディーマスインデックス、食習慣、アルコール飲料、職業、コホート研究	
<b>要 旨</b>  背景) ストレスと感情は食物摂取と体重に影響を及ぼすことは分かっている。ストレスに関連した飲食・飲酒はストレスに満ちた状況の中でも快適でありたいと思う場合に生じる。その結果、肥満を引き起こすことがある。しかしストレスに関連した飲食・飲酒の予測因子についてはまだよく分かっていない。  方法・対象) 1966年に北部フィンランドに生まれた者を対象とし、その96%にあたる12,058名(男性6,169名、女性5,889名)を追跡した。対象者は1歳・14歳および31歳時に調査された。データは、1歳時は母子手帳を用い、14歳時は質問紙の郵送、31歳時には質問紙の郵送および臨床検査によって収集した。 ストレス関連性飲食・飲酒は、対処法チェックリスト法(the Ways of Coping Checklist)による回答結果を用いた。  結果) 31歳時のBMIはストレス関連性飲食・飲酒者で、特に女性で最も高値であった。ストレス関連性飲食者はソーセージ・ハンバーガー・ピザおよびチョコレートを他の群に比べてより頻繁に食しがちであった。また、彼らは他の者に比べてアルコール摂取も多かった。31歳男性の群では、ストレス関連性飲食・飲酒の最善の予測因子は独身者ないし離婚者であること・失業歴が長いこと・学歴および職業教育レベルが低いことであった。女性では、最善の予測因子は感情のサポート体制の欠如であった。  結論) 肥満の予防・治療のためのプログラムは、人々が感情をコントロールし、その感情を深く受け止めるサポート体制を含んだものでなくてはならないし、また失業や仕事によるストレスに対処していくような方策を持ったものでなくてはならない。	