

研究・調査報告書

報告書番号	担当
373	滋賀医科大学福祉保健医学講座
題名 (原題/訳)	
Alcohol intake and diet in France, the prominent role of lifestyle フランスにおける飲酒と食事—生活習慣の大きな役割	
執筆者	
Ruidavets JB, Bataille V, Dallongeville J, Simon C, Bingham A, Amouyel P, Arveiler D, Ducimetiere P, Ferrieres J	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
European Heart Journal 2004; 25: 1153-62	
キーワード	
cardiovascular risk factors, alcohol, beverage preference, lifestyle/循環器疾患の危険因子、アルコール、飲料タイプの嗜好性、生活習慣	
要 旨	
<p>背景</p> <p>適量の飲酒は虚血性心疾患を予防すると考えられている。この現象はエタノールの薬理作用によると考えられているが、アルコール飲料のタイプによってその作用が異なることも知られている。しかし、このような関連は生活習慣や食事内容によって大きく交絡を受けていると考えられる。本研究ではフランスの無作為抽出集団を用いて、飲酒、飲料タイプの嗜好性、社会経済的背景、食事内容、その他の生活習慣との関連を検討した。</p> <p>対象と方法</p> <p>フランスの Monica 研究の対象地域 (3 地区、リール、ストラスブール、トゥールーズ) で 1995～1997 年にかけて無作為に抽出された 45～64 歳の男性 1,110 人を研究対象とした。食事内容は 3 日間の食事記録法で調査され、摂取カロリーや栄養素量だけでなく、15 項目の食事内容で判定する “diet quality index” も計算された。飲酒習慣は典型的な 1 週間について量・頻度法で把握され、食事記録とも照合された。教育年数や社会的階層、喫煙や高血圧などの治療状況についても調査された。飲料タイプの嗜好性は、全エタノール量の 70% 以上を飲んでいるかどうかで、ワイン群、混合群、ビール群に分類し、いずれの飲料も 20% 未満の場合は、飲料タイプ別の分析からは除外された。</p> <p>結果</p> <p>対象者のうち 12.8% が非飲酒者、16.3% が大量飲酒者であった (エタノール換算で 1 日 60g 以上)。エタノール量で 20g 刻みに 0 (非飲酒) から 60g 以上まで 5 群に分けると、1-19g 群は、他群より教育年数が長く (12.4 年、他群は 11.1～11.9 年)、喫煙率が低く (14.3%、他は 19.1～34.3%)、肉体労働階層の割合が低く (35.4%、他は 41.8～56.4%)、食習慣の質指数 (diet quality index) が高い (7.3 点、他は 4.7～8.8 点) 傾向を示した。飲料タイプの嗜好性別の検討では、ワイン群は、ビール群や混合群に比べてこれらの指標が良好であり、例えば喫煙率は 19.8% (ビール群: 30.1%、混合群: 24.4%)、diet quality index 7.1 点 (ビール群: 6.4 点、混合群: 6.6 点) であった。各指標の絶対値には地域差を認めたが、どの地区でも上記の関連はほぼ同様であった。</p> <p>結論</p> <p>適量飲酒者またはワイン飲酒者は、他の飲酒習慣を持つ者に比べてより健康的な食生活や良好な社会的背景を有していた。飲酒と健康、疾病の発症の関連を検討する際には、対象者の食生活や社会背景を視野に入れた検討が必要である。</p>	