

研究・調査報告書

報告書番号	担当
69	滋賀医科大学社会医学講座福祉保健医学部門
題名 (原題/訳)	
To drink or not to drink? That is the question. “飲むべきか、飲まざるべきか。それが問題である。”	
執筆者	
Kloner RA, Rezkalla SH.	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
Circulation. 2007 Sep 11;116(11):1306-17. Review.	
キーワード	
アルコール、不整脈、心筋症、心不全、心筋梗塞	
要旨	
<p>多くの研究が、アルコール摂取と総死亡率の関係をJ～U形で示している。最近のメタアナリシスではリスクがもっとも小さくなるのは1日当たりアルコール換算 6～6.5gであるとしている。男性アルコール換算 48～52g、女性は24～36gまでの飲酒は利益をもたらすとしている。循環器系死亡と非致死性心筋梗塞の減少には、軽度から中度のアルコールの摂取量が影響していた。ワインが他のタイプのアルコール飲料より有益である事を示す研究もあるが、他の研究ではアルコールのタイプは重要でないとしている。大量飲酒は、脳血管出血を含む死亡率、高血圧、アルコール性心筋症、がんと脳血管疾患イベントの増加と関係し、逆に、軽度から中度のアルコール摂取は、実際に心不全の発症を減らして、心不全の多くの患者でそれを悪化させるようではなかった。軽度から中度のアルコールの摂取量が心臓に利益をもたらすメカニズムとしては高比重リポタンパク (HDL) コレステロールの増加、血清の粘稠性とフィブリノゲン濃度の低下、線維素溶解の増加、血小板凝集の減少、内皮機能の改善、炎症の抑制と酸化防止効果が考えられている。アルコールが虚血性心筋に直接、保護的な影響を及ぼすかどうかについてはいまだ議論が分かれている。自験例では虚血あるいは再還流された心筋にアルコールが直接的な保護作用を持つという考え方を支持しなかった。前向き無作為抽出試験により、1日アルコール換算 12～13gのアルコール飲酒 (もしくは1日おきの飲酒) をさせることが死亡率や心血管イベント減らすかという研究を始める時期がやってきたのであろう。</p> <p>* 1 ドリンク アルコール換算 12～13g と解釈して訳出。</p>	