

研究・調査報告書

報告書番号	担当
8 2	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門
題名 (原題/訳)	
Alcohol, wine, and vascular diseases: an abundance of paradoxes. アルコール、ワインと血管疾患：これらの間に存在するパラドクスについて	
執筆者	
Klatsky AL	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
Am J Physiol Heart Circ Physiol.2008; 294: H582-583	
キーワード	
paradox, coronary artery disease, alcohol, wine パラドクス、冠動脈疾患、アルコール、ワイン	
要 旨	
<p>昔から“French Paradox”と言ってフランス人では冠動脈疾患（以下 CAD）が少ないと言われていた。これはフランス人の生活習慣や穏やかな気候と性格などの側面から原因が考えられていたが、赤ワインに含まれる抗酸化作用をもつフェノールや抗血栓作用をもつ物質が一躍脚光を浴びるようになった。</p> <p>少量の飲酒者では、全く飲まない人に比べて CAD 罹患率や死亡率が 30%弱低く総死亡率も 10%低いことから、無作為対照試験はないもののほとんどの疫学者はアルコールの CAD に対する防御作用についてほぼ疑う余地がないと考えている。</p> <p>しかし飲酒により HDL コレステロールが増加する、抗血栓作用がある、血管内皮機能を上げる、インスリン抵抗性を下げる、という効果は何も赤ワインといった特定のアルコール飲料だけに見られるものではないので、これらの良い作用はアルコールによるものでフェノールなどによるものではない。また、赤ワインとその他のアルコール飲料を飲んでもらい血圧や心拍数などを測定して急性効果を比較したところ大きな違いは見られなかった。しかし、CAD は長い時間をかけて進展する病気であり、急性効果がないからと言って CAD と無関係であるとは言い難い。アルコールと CAD が直接関係しているというよりも、むしろアルコールと高血圧に関連がある可能性がある。しかし多量飲酒者で血圧が高いということははっきり証明されておらず、飲酒を控えることで血圧が下がるというはっきりした証明も行われていないことから、アルコールと高血圧を結びつけて考えるのも現段階では難しい。</p> <p>以上のように飲酒と CAD の関係について論じるのは非常に難しく、「パラドックス」と表題に掲げたがどちらかというところ「不均衡」と言いたいところである。その人その人の状況に応じて飲酒についてはアドバイスするのが適切であり、型にはまった方法が最善とは限らないのである。</p>	