

研究・調査報告書

報告書番号	担当
107	独立行政法人酒類総合研究所
題名 (原題/訳)	
Associations between headache and stress, alcohol drinking, exercise, sleep, and comorbid health conditions in a Japanese population. 日本人における頭痛とストレス、アルコール摂取、運動、睡眠、共存健康状態の相関	
執筆者	
Yokoyama M, Yokoyama T, Funazu K, Yamashita T, Kondo S, Hosoai H, Yokoyama A, Nakamura H.	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
J Headache Pain. 2009 Jun;10(3):177-85.	
キーワード	
頭痛、ストレス、アルコール摂取、運動、睡眠、健康不良	
要旨	
<p>筆者らは、東京の病院で健康診断を受けた 20-79 歳の 12988 名 (5908 名の男性、7090 名の女性) について断面研究を行った。自己記入質問票に記入してもらったところ、5.4% の男性、15.4% の女性が頭痛があると報告し、若年でより頭痛を持っている傾向があった。両性とも、ストレスレベルに伴い頭痛が増加し、ストレス解消能力により頭痛が減少した。両性において、頭痛とアルコール摂取とは用量依存的な逆相関の関係があり、歩行/運動不足や睡眠の問題は頭痛の可能性を増加させた。両性において、頭痛持ちは様々な付加的な健康状態の不良を報告する傾向があった。多変量逐次ロジスティック分析は年齢、ストレスの自己推測、報告した付加的な健康不良の数、アルコール摂取の少なさはそれぞれ独立的に頭痛と関連があることを示した。以上より、女性は頭痛に感受性がより高いが、年齢、ストレス、その他の健康不良、アルコール摂取、睡眠、運動などの頭痛に関連する因子については東京にいる日本人の男性と女性は同様な因子を共有していることがわかった。</p>	