研究・調査報告書

分類番号		報告書番号	担当
A-139		17-045	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門 三浦克之

題名（原題／訳）
Cardiovascular effects of alcohol consumption. 飲酒が心血管疾患にもたらす影響
執筆者
Rehm J, Roerecke M.
掲載誌
Trends Cardiovasc Med. 2017 Nov;27(8):534-538. doi: 10.1016/j.tcm.2017.06.002. Epub 2017 Jun 10.

キーワード	PMID
アルコール摂取、飲酒パターン、高血圧性心疾患、虚血性心疾患、心筋梗塞、心房細動と心房粗動、脳梗塞	28735784

要　旨：

飲酒は心血管疾患の主な要因であるが、その関連は複雑である。機会多量飲酒及び慢性的な多量飲酒は多くの心疾患の一因となりうる一方、軽度から中等度の飲酒は虚血性心疾患及び脳梗塞には保護的に働くともいわれている。双方とも生化学的機序を介して得られている効果である。アルコールが心血管疾患にもたらす影響は、アルコールが健康にもたらす影響の一つとして、評価すべきである。

慢性的な多量飲酒：

概ね男性で 60g 以上、女性で 40g 以上のアルコール摂取を指す。心筋への毒性を生じるほか、血圧を上昇させる、血管機能を低下させる。また、喫煙や栄養不良のような他の因子と関連して相乗的に心血管疾患に悪影響を与える。

不規則な深酒：

血清脂質の上昇を介する冠動脈疾患のリスク、血栓や不整脈のリスクが上昇、血圧上昇にも寄与する。記述疫学では東欧などでは 1980 年代のソビエトの再編を経て、深酒に関連した心血管疾患が減少したとの報告があるが無作為化比較ではない。

軽度から中等度の飲酒：

虚血性疾患に関して保護的な報告が多いが、インド等一部の国では証明できていない。生化学的あるいは遺伝的な背景が影響している可能性がある。血圧への影響も国や性別により報告が一致しない。今後も注意深い分析が必要である。

分析方法について：

1920 年代以降、飲酒が心疾患にもたらす影響が研究されてきた。疾患罹患後の禁酒、また飲酒中断者（高収入者が多いなど、社会の少数派であることが多い）の扱い議論の分かれるところで、禁酒の定義について完全な分析を行うのも難しい。また、アルコール分解に関与する遺伝的背景と実際の飲酒状況は異なっている。記述疫学研究では限界があるが、生物学的機序によって飲酒の影響が示されてきている。現在までの中等度の飲酒者の心疾患への保護的作用について一部過剰評価の部分もあったと考えられる。

結論：

癌や外傷を含む様々な疾患に対する飲酒の悪影響は明らかであるが、心血管疾患については、保護的作用と悪影響が混在する。公衆衛生学的には飲酒の安全量は規定できないので飲酒は勧められない。また、いかなる多量飲酒も断じて勧められない。