

## 研究・調査報告書

報告書番号	担当
317	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学
題名 (原題/訳)	
Alcohol consumption, weight gain, and risk of becoming overweight in middle-aged and older women. 中高年女性における飲酒、体重増加と肥満リスク	
執筆者	
Wang L, Lee IM, Manson JE, Buring JE, Sesso HD.	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
Arch Intern Med. 2010 Mar 8;170(5):453-61. PMID: 20212182	
キーワード	
飲酒、肥満、女性	
要旨	
目的： 肥満の流行は、米国における大きな健康問題である。飲酒は、体重増加および肥満発現に寄与するエネルギー摂取源である可能性がある。しかし、この関連に関するこれまでの研究は少なく、結果も一定していない。	
方法： 年齢 38.9 歳以上で、循環器疾患、がん、糖尿病がなく、ベースラインの BMI が 18.5-25 の範囲で正常な米国人女性 19229 人の前向きコホート研究を行った。アルコール飲料の摂取量はベースラインの質問調査で得た。体重はベースラインおよび 8 回の毎年の質問調査において自己申告された。	
結果： ベースラインの飲酒量と、12.9 年の追跡期間の体重増加とは負の関連があった。最初正常体重だった人のうち、7942 人 (41.3%) が過体重または肥満 (BMI25 以上) になり、732 人 (3.8%) が肥満 (BMI30 以上) になった。年齢、ベースライン BMI、喫煙、アルコール以外のエネルギー摂取、身体活動レベル、ほかの生活習慣および食事要因を調整後の、過体重または肥満になる相対危険は、飲酒量ゼロ、1 日 5g 未満、5-15g、15-30g、30g 以上において、それぞれ、1.00、0.96、0.86、0.70、0.73 であった (P for trend<0.001)。肥満になるリスクはそれぞれ、1.00、0.75、0.43、0.39、0.29 であった (P for trend<0.001)。関連は、年齢、喫煙、身体活動レベル、ベースライン BMI のサブグループにおいて同様であった。	
結論： 非飲酒者に比べ、少量または中等量の飲酒をする正常体重女性は、その後 12.9 年間の体重増加、および、過体重・肥満になるリスクが低かった。	