

研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
C-141	13-308	慶應義塾大学
題名 (原題/訳)		
Fish oil supplementation reduces cortisol basal levels and perceived stress: a randomized, placebo-controlled trial in abstinent alcoholics. 魚油の補給はコルチゾール基礎レベルを低下させて、関知されたストレスを低下させた：断酒中のアルコール依存患者における無作為、プラセボ対照試験。		
執筆者		
Barbadoro P ¹ , Annino I, Ponzio E, Romanelli RM, D'Errico MM, Prospero E, Minelli A.		
掲載誌		
Mol Nutr Food Res. 2013 Jun;57(6):1110-4.		
キーワード		
魚油、オメガ3系脂肪酸、アルコール依存症、ストレス		
要旨		
<p>行動の異常と視床下部-下垂体-副腎皮質 (HPA) 軸の機能不全は、アルコール中毒においてそれが中心的な役割を果たす。オメガ3系脂肪酸は抗ストレス作用 (HPA 反応に対する制御効果) があるとされるが、アルコール依存症に対して防御的役割があるか否かは明らかにされていない。</p> <p>ランダム化二重盲検プラセボ対照試験が男性のアルコール依存症患者で行われた。地域におけるリハビリテーション・プログラムを受けている男性のアルコール依存症患者で、エイコサペンタエン酸に (60mg/日) とドコサヘキサエン酸 (252mg/日) を3週間の補給し、唾液基礎コルチゾール・レベルをさまざまな時間 (07:30、11:30、16:00、20:00、24:00) に測定し、Trier Social Stress Test に対する急性のコルチゾール・レスポンスを計測し、関知されたストレス/不安と HPA 活性に対する効果を評価した。</p> <p>魚油を補充された被験者では、その前と後の対比において、ストレス/不安のレートの低下が得られ、1日全体を通してのコルチゾールの基礎レベルの減少を伴った。このような変化は、プラセボ群では観察されなかった。介入試験の終わりに、ストレスによって引き起こされたコルチゾール反応の振幅と期間は2群間で差を認めなかった。しかしながら、コルチゾール反応のピークは、魚油を補充された被験者で一時的に高く見られた。</p> <p>結論として、オメガ-3系脂肪酸の摂取量を多くすると、断酒中のアルコール依存患者の苦痛症状と基礎コルチゾール分泌を減らす可能性がある。魚油の補給はこのようにアルコール依存症者でリハビリテーション・プログラムの有効性を増加させるために有効な補助的な手段となりうる。</p>		