

研究・調査報告書

分類番号	報告書番号	担当
A-520	20-044	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）		
Effect of Lifestyle Factors on Outcomes in Patients With Inflammatory Bowel Diseases 炎症性腸疾患患者のアウトカムに及ぼす生活習慣因子の影響		
執筆者		
Rozich JJ, Holmer A, Singh S.		
掲載誌		
Am J Gastroenterol. 2020 Jun;115(6):832-840. doi: 10.14309/ajg.0000000000000608.		
キーワード		PMID
炎症性腸疾患、生活習慣因子、レビュー		32224703
要旨		
<p>身体活動や肥満、ストレス、睡眠、喫煙などの様々な生活習慣因子は、炎症性腸疾患（IBD）発症のリスクに影響し、IBD 患者では自然経過や臨床アウトカムに影響する。生活習慣因子は修正可能である可能性があるが、介入研究はわずかしか実施されていなかった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肥満：再燃リスクを増加させ、不安、抑うつ、倦怠感、痛み、医療受診を増加させる。さらに、薬物動態に悪影響を及ぼすことで、治療失敗のリスク増加と関連する。 ・睡眠：睡眠障害は、IBD 患者に多くみられ、再燃と慢性疲労のリスクを高める。 ・ストレス：主要なライフイベントではなく知覚されたストレスは、炎症への影響は不明ながら、IBD 患者における症状再燃を引き起こす可能性がある。 ・喫煙：クローン病患者においてステロイド依存、手術、病勢進行などのアウトカムと関連する。一方、潰瘍性大腸炎患者のアウトカムには有意な影響を与えないが再燃リスクの低下と関連している可能性がある。 ・アルコール：IBD 発症の有意な危険因子でなく、特定の有害アウトカムとの有意な関連も認められない。潰瘍性大腸炎患者においてワイン・ビールの摂取が内視鏡的疾患活動の悪化と有意に関連するとする研究や、アルコール摂取量の増加が再燃リスクを増加させるとする研究もあるが、これらの知見には一貫性がない。 ・大麻：IBD 患者における大麻の影響は一貫性がなく、IBD 患者の慢性疼痛を減少させる可能性があるが、生物学的寛解に有意な影響はないと考えられている。 ・運動：レクリエーション運動は IBD 患者における再燃および倦怠感のリスクを低下させる。構造化された運動、瞑想やヨガなどのマインドフルネスに基づいた治療法や腸指向催眠療法を含む心理療法は、全体的な生活の質を改善する可能性はあるものの、臨床試験では IBD 患者の臨床的効果、内視鏡的疾患活動に対する効果は一貫して示されていない。 		