

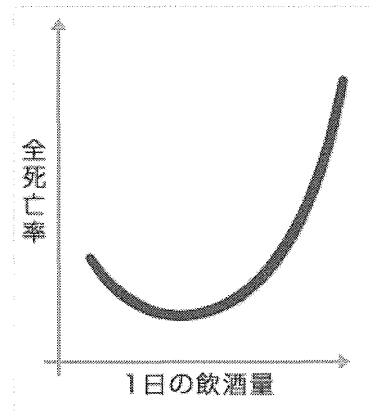
今年度、全国調査を実施中！

飲酒習慣と循環器疾患：
Jカーブ効果の温故知新

適量飲酒は健康に良いのか？

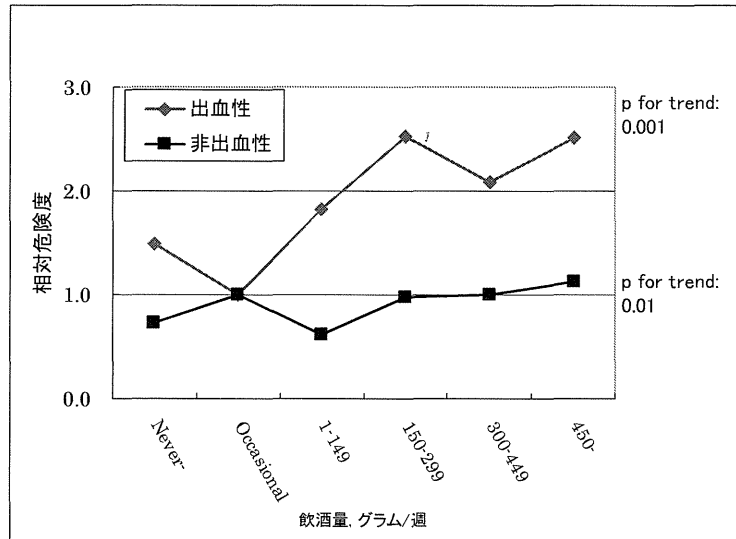
アルコール健康医学協会のHPより

「適量のお酒を適正に飲んでいる人は、お酒を全く飲まない人や大量に飲む人に比べて、死亡率が低いのです。これを示すグラフの形から「Jカーブ効果」と呼んでいます...」



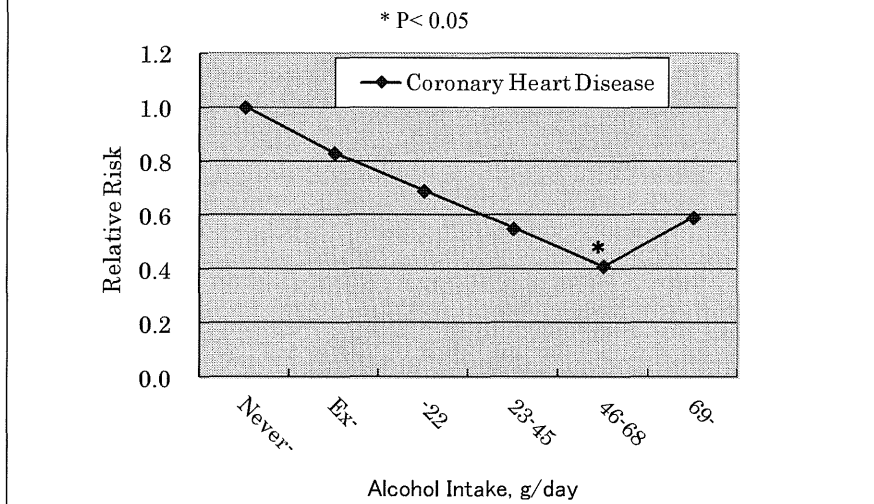
国内のコホート研究における飲酒と脳・心血管疾患との関連

飲酒量別の脳卒中発症率(JPHC study)



Iso H, et al. Stroke 2004; 35: 1124-9.

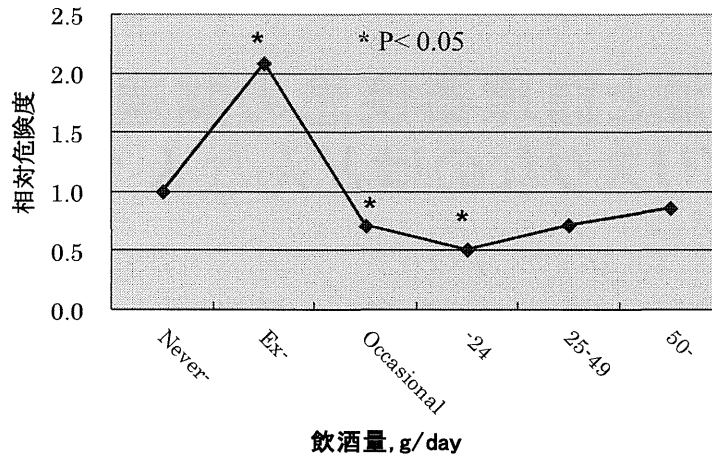
飲酒と冠動脈疾患の関連: CIRCS研究



Kitamura A, et al. Am J Epidemiol 1998; 147: 59-65.

飲酒と総死亡の関連：

福岡大学の2地域のコホート研究から



Miyazaki M, et al. J Epidemiol 2001; 11: 219-223

国内のコホート研究のまとめ

- 禁酒者 (Ex-Drinker) のリスクは高い。
- 脳梗塞、冠動脈疾患の発症率は飲酒とJ型 (またはU型) の関連を示すが、ボトムの飲酒量は冠動脈疾患のほうが高い。
- 脳出血、くも膜下出血の罹患率・発症率は飲酒量に比例して上昇する。
- エタノール換算で69g/day を超えるとあらゆる疾患で死亡率や罹患率が上昇する。

1

飲酒と循環器疾患の関連 ハイリスクなのはどんな人？

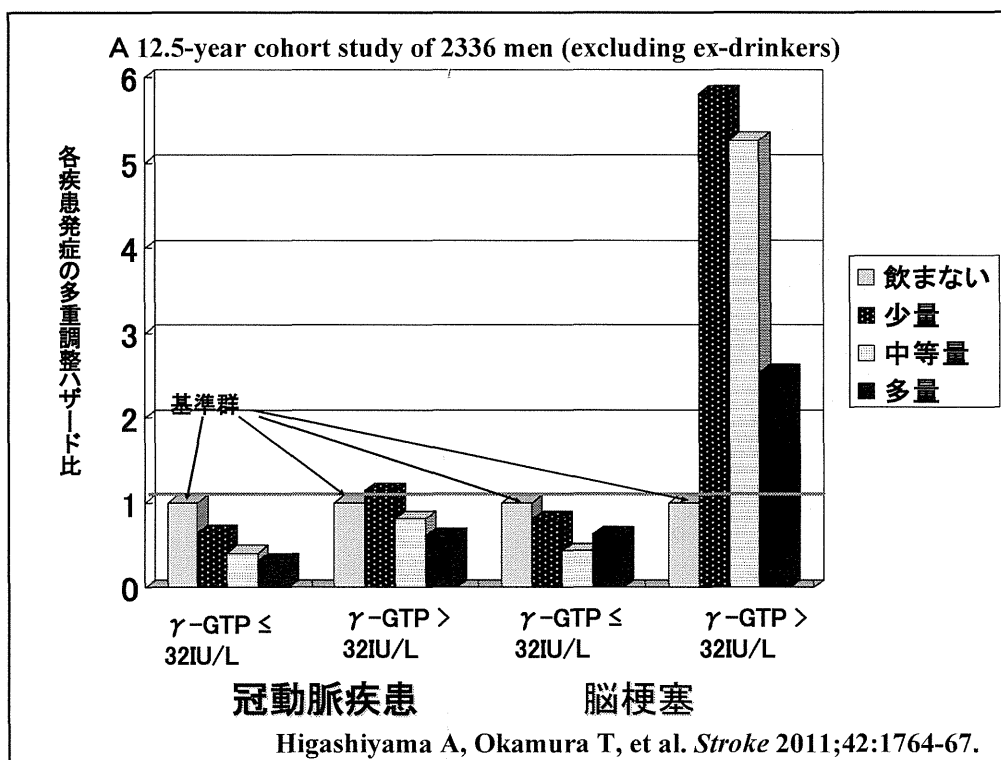
1

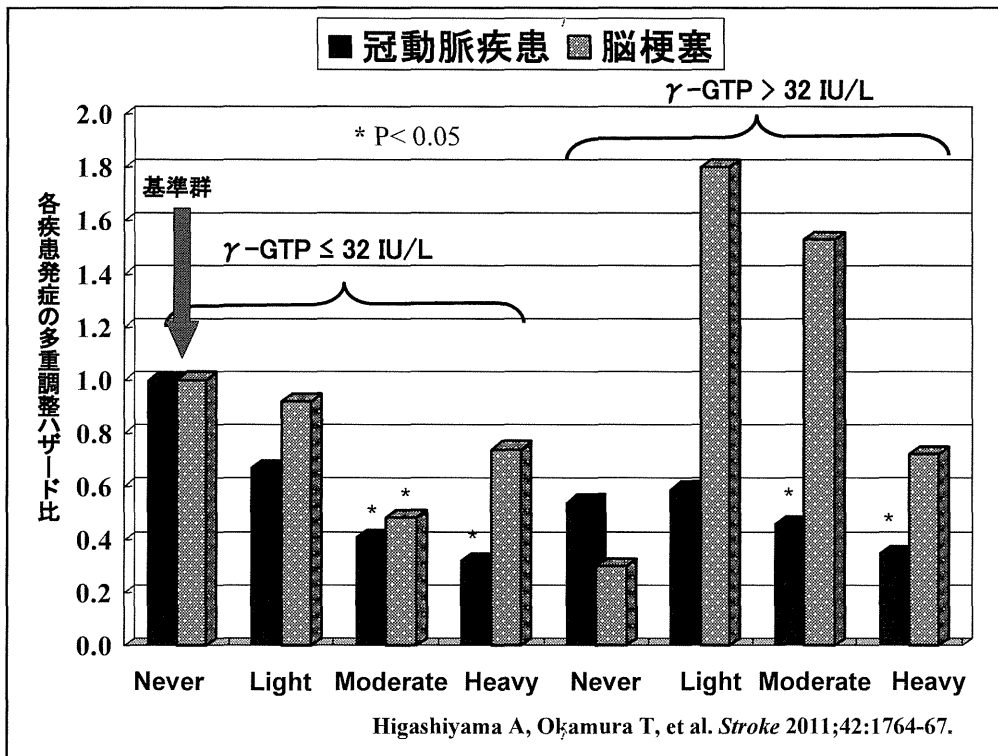
考慮すべき飲酒と関連が強い 他の重要な危険因子

- ◆ γ -GTP
- ◆ 高血圧
- ◆ HDLコレステロール

考慮すべき他の重要な危険因子

- ◆ γ -GTP
- ◆ 高血圧
- ◆ HDLコレステロール



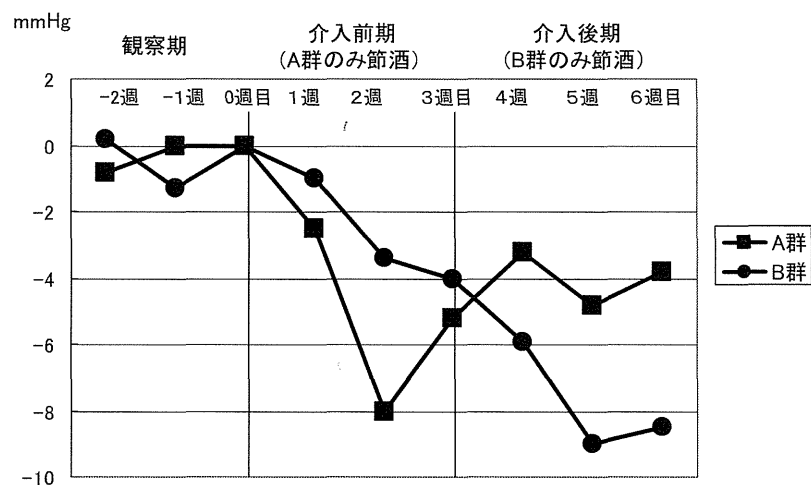


γ-GTP、飲酒と脳・心血管疾患

- ◆冠動脈疾患のリスクは、γ-GTP値にかかわらず飲酒群のほうが低い傾向を示した。
- ◆一方、γ-GTP高値群では、少量の飲酒でも脳梗塞の発症リスクが上昇していることが示された。

考慮すべき他の重要な危険因子

- ◆ γ -GTP
- ◆ 高血圧
- ◆ HDLコレステロール

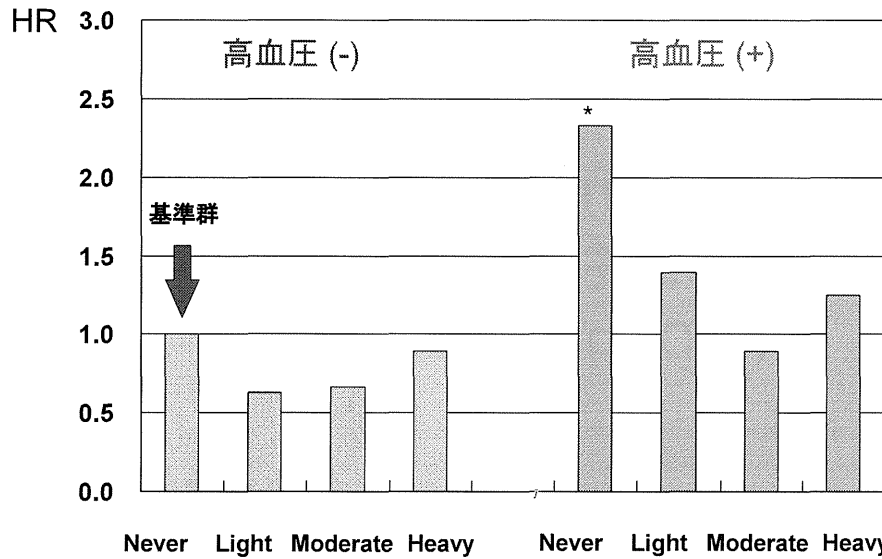


節酒による収縮期血圧の低下
無作為化比較対照試験(降圧薬非服薬者64人)

Ueshima H, et al. Hypertension. 1993; 21: 248-52.

高血圧、飲酒量と冠動脈疾患の発症：吹田研究

(participants without medication for hypertension)

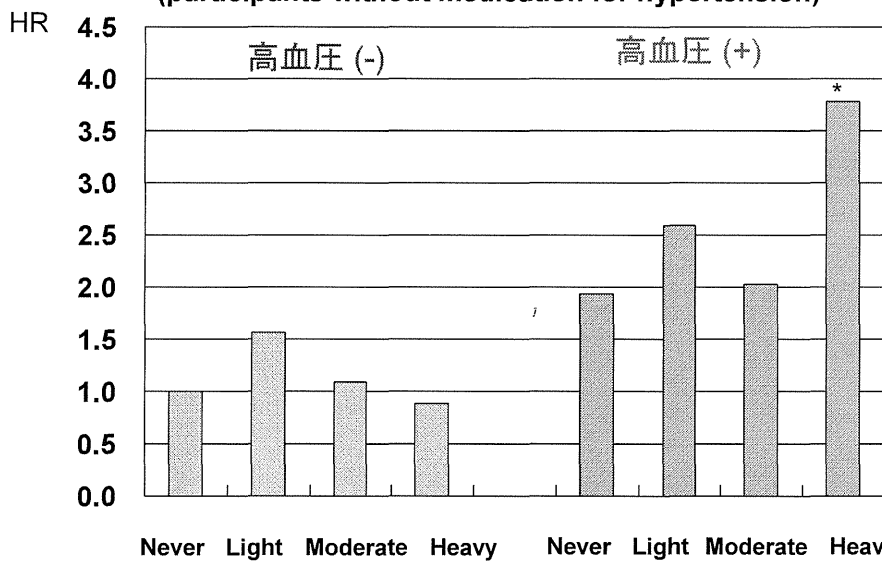


HR: HR after adjusting for age, BMI, presence of dyslipidemia and diabetes, and smoking.

Higashiyama A, Okamura T, et al. *Hypertens Res*, in press.

高血圧、飲酒量と脳梗塞の発症：吹田研究

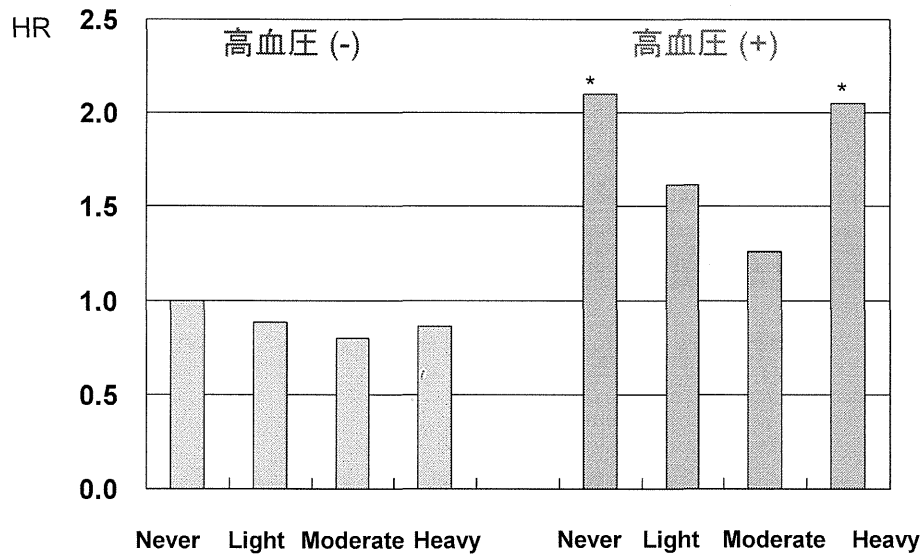
(participants without medication for hypertension)



HR: HR after adjusting for age, BMI, presence of dyslipidemia and diabetes, and smoking.

Higashiyama A, Okamura T, et al. *Hypertens Res*, in press.

高血圧、飲酒量と脳・心血管疾患の発症：吹田研究
(participants without medication for hypertension)



HR: HR after adjusting for age, BMI, presence of dyslipidemia and diabetes, and smoking.

Higashiyama A, Okamura T, et al. *Hypertens Res*, in press.

高血圧、飲酒と脳・心血管疾患

- ◆いずれの疾患でも飲酒量にかかわらず高血圧があると発症リスクは高い。
- ◆冠動脈疾患については、高血圧の有無にかかわらず飲酒量とU字型の関連を認める。
- ◆脳梗塞については、高血圧群では飲酒量が多くなるほど発症リスクが高い。

考慮すべき他の重要な危険因子

- ◆ γ -GTP
- ◆ 高血圧
- ◆ HDLコレステロール

Under construction

終わりに

- 高血圧の人、 γ -GTPが高い人は適量飲酒の効用は認めにくい。
- 循環器系への予防効果を根拠に、きちんとしたリスクの評価をせずに安易な“適量飲酒の勧め”をしてはならない。

厚生労働省科学研究費補助金
循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

「わが国のアルコール対策の評価と成人の飲酒行動に関する研究」
平成 23 年度～24 年度 総合研究報告書

発 行 平成 25 年 7 月

発行者 「わが国のアルコール対策の評価と成人の飲酒行動に関する
研究」 班

研究代表者 神田 秀幸
〒236-0004 横浜市金沢区福浦 3-9
横浜市立大学医学部社会予防医学教室
電話 045-787-2610 FAX 045-787-2609

