

■研究・実践の課題（テーマ）

健康寿命、疾病構造に関する国際栄養研究

■主任研究者 下方浩史

■共同研究者 今井具子、瀬崎彩也子、川瀬文哉、宮本恵子

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

生活習慣病などの慢性疾患への罹患は、栄養摂取による影響が大きい。近年では、米国などの先進国のみならず、アジアなどの発展途上国でも低栄養よりもむしろ過栄養による肥満が、糖尿病や虚血性心疾患、脳血管障害などの心血管性病変を促進させ、死亡リスクを高めていると推測されている。

食生活は文化や歴史、経済、教育などによって大きく異なる。特に地域や国による違いは大きく、食生活の違いが、このような各国の疾病構造や平均寿命、健康寿命の違いの大きな部分を占めている可能性がある。栄養と疾患に関する国別の全地球的な国際比較研究は、データの収集や解析方法の難しさのためほとんど行われてこなかった。しかし近年では WHO を中心とした世界機関から栄養や健康に関する様々なデータが公表され、インターネット上で利用できるようになってきた。本研究では、このようなデータを用いて栄養と疾患構造や死亡リスクとの関連を、最新の統計手法を用いて明らかにする。本研究からの成果は、世界各国の抱える健康問題を食生活の改善から解決していくためのエビデンスとして重要なものとなることが期待できる。

本年度は、食品の多様性と健康寿命との関連を国際的なデータベースを用いて明らかにした。健康寿命のデータは Global Burden of Disease (GBD)のデータベースを用いた。国別の国民一人当たり平均食品供給量 (g/日/人)、エネルギー供給量 (kcal/日/人) は国連食糧農業機関データベース (FAOSTAT) を用いて求めた。各食品は 12 の食品群に分け、Quantitative Index for Dietary Diversity (QUANTIDD)を計算して、多様性の指標とした。人口 100 万人以上の国について、QUANTIDD と健康寿命の横断的および縦断的関連について検討した。横断的解析では、健康寿命と QUANTIDD との関連は単回帰分析にて有意であり ( $\beta=99.9 \pm 11.4, p<0.001$ )、共変数で調整しても有意であった ( $\beta=36.4 \pm 11.3, p=0.002$ )。縦断的解析では、15 年間の追跡で健康寿命は QUANTIDD の増加により有意に延伸し ( $\beta=46.4 \pm 5.1, p<0.001$ )、この関連は共変数で調整しても有意であった ( $\beta=39.7 \pm 5.1, p<0.001$ )。また、健康寿命と平均寿命との差の割合と QUANTIDD との縦断的関連は、共変数を調整しても有意であった ( $\beta=-1.3 \pm 0.5, p=0.011$ )。これらから、社会経済的な要因を調整しても、健康寿命は食品の多様性が高い国ほど長いことを明らかにできた。