

論文番号 7

担当

滋賀医科大学 福祉保健医学講座

題名 (原題/訳)

Effect of consumption of red wine, spirits, and beer on serum homocysteine

赤ワイン・蒸留酒・ビールの摂取が血中ホモシステインに与える影響

執筆者

van der Gaag MS, et al

掲載誌 (番号又は発行年月日)

The Lancet 355: 1522, 2000

キーワード

ホモシステイン、ビール、ビタミン B6

要旨

(背景) ホモシステインはアミノ酸の一種で動脈硬化性疾患の危険因子として注目されており、葉酸やビタミン B6、B12 などのビタミン B 群の摂取が少なくなると増加する。アルコールは一般にホモシステインを上昇させるが、ビールは葉酸やビタミン B6 の供給源であり、これらは赤ワインや蒸留酒には僅かな量しか含まれていない。

(方法) 無作為比較のクロスオーバーデザインで研究期間中の食事は同一の内容とした。44～59 歳の 11 人の健康な非喫煙者の男性を対象として、毎晩、夕食時にグラス 4 杯の赤ワイン、ビール、蒸留酒 (ジン)、発泡性ミネラルウォーターを 3 週間ずつ飲用した (合計 12 週間)。アルコール量は 1 日 40 グラムになるように調整した。血中ビタミン、ホモシステインの測定を 3 週間ごとに実施した。

(結果) ホモシステイン濃度は赤ワインと蒸留酒の摂取後は、ミネラルウォーターの摂取後に比べてそれぞれ 8% と 9% 増加したが、ビールの摂取後には増加しなかった。蒸留酒の摂取後は血中葉酸濃度は 10% 増加した。ビタミン B12 濃度はビールの摂取後に 30% 増加し、赤ワインや蒸留酒を摂取した後より多かった。B6 濃度の変化はホモシステインの変化と有意な不の相関を示した。

(考察) ビタミン B6 は中程度のアルコールを摂取した際、血中ホモシステインの上昇を抑制する役割を果たしている。ビタミン B6 はホモシステインとは独立した循環器疾患の防御因子であるという報告もあり、ビール摂取後に見られるビタミン B6 の上昇は循環器疾患の予防に寄与しているかもしれない。