研究・調査報告書

分類番号		報告書番号	担当
A-152		20-068	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）

Low-to-Moderate Alcohol Intake Associated with Lower Risk of Incidental Depressive Symptoms: A Pooled Analysis of Three Intercontinental Cohort Studies
低～中等度飲酒は偶発的な抑うつ症状のリスク低下と関連する：3 コーホートの統合分析

執筆者

Liang L, Hua R, Tang S, Li C, Xie W.

掲載誌

J Affect Disord. 2021 May 1;286:49-57. doi: 10.1016/j.jad.2021.02.050.

キーワード	PMID
飲酒、低～中等度飲酒、抑うつ症状、コーホート研究	33676263

要　旨

目的：低～中等度の飲酒と抑うつ症状発生率との関連を調査することを目的とした。

方法：対象者は 3 つの代表的なコーホートである英国縦断的高齢化研究、米国健康と退職に関するパネル研究、中国健康および定年退職の縦断的研究の 29,506 人（女性 55.5%、平均年齢 62.5±10.5 歳）であり、278,782 人年追跡を行った。飲酒量は純アルコール 0.5 オンス（14g）を 1drink と定義し、非飲酒群、過去飲酒群、低～中等度飲酒群（女性週 7 drinks 以下、男性 14drinks 以下）、高度飲酒群（女性週 7 drinks 超、男性 14drinks 超）と分類した。抑うつ症状は英国、米国の対象者が抑うつ状態自己評価尺度（CES-D）8 項目版 4 点以上、中国の対象者が CES-D10 項目版 12 点以上を抑うつ症状有りと定義した。解析は Cox 回帰モデルより共変量調整後、非飲酒群を基準にハザード比（HR）と 95%信頼区間（CI）を算出した。ベースラインの飲酒量と抑うつ症状発症との間の非線形関連は、性別で層化した制限付き三次スプライン解析を行った。

結果：低～中等度飲酒群は非飲酒群と比較して、抑うつ症状の発生率が男性 HR［CI］0.87 ［0.79-0.96］、女性 0.87［0.80-0.95］と有意に低値を示した。一方、高度飲酒群は有意差がなかった。また中国男性、米国男性、英国男女では、飲酒量と抑うつ症状発症は J カーブの関係が見られた。

結論：低～中等度飲酒群は、非飲酒群と比較して、長期的に抑うつ症状リスクが有意に低下した。本結果は米国の現行ガイドラインにおける中等度の飲酒基準を立証したが、中等度飲酒でも将来的に多量飲酒の習慣が身につき、飲酒関連の問題を引き起こす可能性があるため注意が必要である。