

魚摂取と大腸がん罹患リスクの関連：大崎国保コホート研究

Fish consumption and the risk of colorectal cancer: the Ohsaki Cohort Study.
2009 年 British Journal of Cancer 発表

魚摂取と大腸がん罹患リスクに関連なし

これまで動物実験の結果から、魚に多く含まれる n-3 系不飽和脂肪酸は大腸がんに予防的に働くことが知られていました。しかし、魚摂取と大腸がん罹患リスクについて研究した疫学研究の結果は一致していません。

本研究では、魚摂取量が多い日本の地域住民を対象に魚摂取量と大腸がん罹患リスクの関連について研究しました。その結果、魚摂取と大腸がん罹患リスクに関連性は認められませんでした。

研究のデータについて

ベースライン調査：1994 年 10 月から 12 月に宮城県大崎保健所管内に居住する 40～79 歳の国民健康保険に加入している男女 5 万人を対象に自記式調査票を配布し、生活習慣や健康状態に関する質問に回答して頂きました。有効回答率は 95% でした。

追跡調査：ベースライン調査に答えて頂いた方のうち、追跡開始以前に国民健康保険から脱退した方、がんの既往歴がある方、魚摂取頻度の回答に不備のあった方、総エネルギー摂取量が上下 0.5% であった方を除外した 39,498 人を対象に追跡を行いました。ベースライン調査時から 2003 年 12 月 31 日までの 9 年間の追跡期間中、宮城県がん登録との照合により大腸がん罹患患者 566 例を確認しました。

魚摂取に関する質問について

ベースライン調査では魚に関する質問として「新鮮な魚介類」と「かまぼこ・ちくわ」の摂取頻度を尋ねています。この摂取頻度より魚摂取量を算出し、対象者を四分位に分類しました。本研究では、魚摂取量最小四分位群を基準として他の群の大腸がん罹患リスクを比較しました。

他のリスク要因の影響について

本研究では、魚と大腸がん罹患に関連すると考えられている要因の影響を考慮して結果を算出しています。具体的には、年齢、BMI、がん家族歴、疾患既往歴（脳卒中・高血圧・心筋梗塞・糖尿病）、学歴、婚姻歴、就業歴、喫煙、飲酒、歩行時間、総エネルギー摂取量や肉・野菜・果物摂取量といった要因についてグループ間に偏りがないように、統計学的な処理を行いました。

研究の特徴と限界について

本研究の特徴としては、①魚摂取量が多い地域住民を対象とした大規模調査の結果であること、②質問票の回答率が高いため選択バイアスが小さいこと、③魚摂取頻度の調査に使用した質問票は妥当性が得られていることなどが上げられます。一方、研究の限界としては、①魚の摂取頻度について 1 度だけしか調査されていないこと、②魚の種類や調理法などについては調査されていないことがあげられます。

