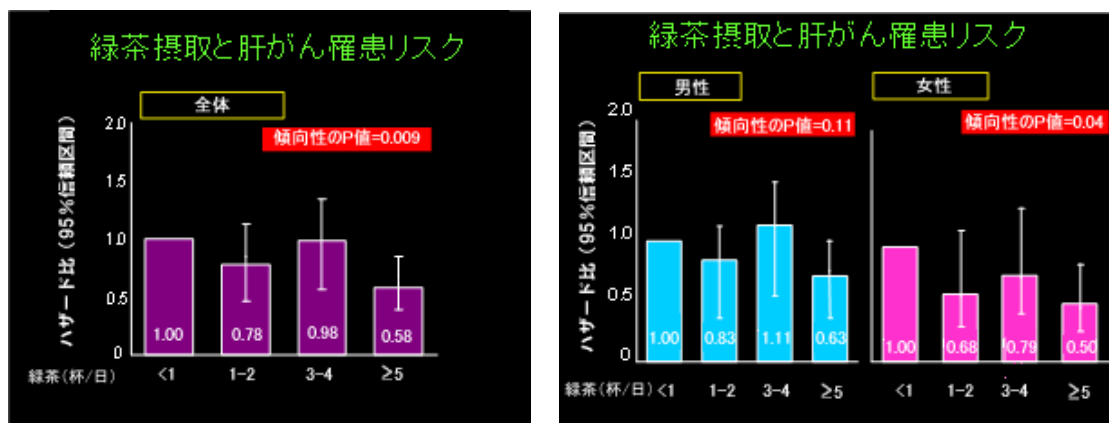


緑茶を飲む頻度が高いほど肝がんの罹患リスクが低い：大崎国保コホート研究

Green tea consumption and the risk of liver cancer in Japan: the Ohsaki Cohort Study
2009 年 Cancer Causes Control 発表

緑茶の肝がんに対する効果が細胞レベルや動物研究で数々報告されていますが、ヒトを対象としたコホート研究は3件しか行われていません。本研究では、宮城県内の調査集団（コホート）のデータを解析して、緑茶摂取頻度と肝がん罹患リスクの関連を調査しました。

緑茶を飲む量によって解析対象者を4つの群に分けて肝がん罹患リスクを比較しました。その結果、緑茶を1日に1杯未満しか飲まない群と比べて、緑茶を1日5杯以上飲む群の肝がん罹患リスクは統計学的有意に低いことがわかりました。緑茶を飲む頻度を「1日1杯未満」と答えた人の肝がん罹患リスクを1とすると、肝がん罹患リスクのハザード比（相対リスク）は「1日1～2杯飲む」と答えた人で0.78、「1日3～4杯飲む」と答えた人で0.98、「1日5杯以上飲む」と答えた人で0.58でした。緑茶を飲む頻度が高い人ほど肝がん罹患リスクが低いという関連は男性でも女性でも確認できました。



研究のデータについて

ベースライン調査：解析には「大崎コホート」と呼ばれている宮城県内の調査集団のデータを使用しました。1994年10月から12月にかけて、宮城県内の大崎保健所が管轄する14市町（当時）に居住する、40歳から79歳の国民健康保険の加入者54,996名を対象に生活習慣や健康状態などに関する自己記入式アンケートを配布し、そのうち52,029名から有効回答を得ました。有効回答率は94.6%でした。

追跡調査：ベースライン調査に答えていただいた方のうち、追跡調査以前に国民健康保険から脱退した方、がんの既往歴のある方、緑茶摂取頻度の回答に不備のあった方を除外した41,761名を対象に追跡調査を行いました。1995年1月1日から2003年12月31日まで9年追跡調査を実施した結果、宮城県がん登録との照合により247名（男性164名、女性83名）がこの期間に肝がんと診断されたことが確認できました。

緑茶の摂取について

ベースライン調査のアンケートでは、緑茶を飲む頻度をはじめとして、飲酒、喫煙、食事などの生活習慣、これまで罹ったことのある病気などを尋ねています。緑茶を飲む頻度に関する回答は「飲まない」「ときどき飲む」「1日に1～2杯」「1日に3～4杯」「1日に5杯以上」の5つから選んでもらいました。「飲まない」、「ときどき飲む」と回答した方は少なかったため、2つを合わせて「1日1杯未満」として解析しました。この地域の人々が飲む緑茶1杯の平均分量はおおよそ100mlでした。

他のリスク要因の影響について

この研究では、緑茶の摂取と肝がん罹患リスクに関連すると考えられる要因の影響を考慮してデータの解析をしています。具体的には、年齢、性別、飲酒、喫煙、コーヒー摂取頻度、野菜・乳製品・果物・魚・大豆の摂取量といった要因について、緑茶を飲む頻度によって解析対象者を分けた群の間に偏りがなくなる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

この研究で日常的に緑茶を飲む頻度が高いと肝がん罹患するリスクが低くなることが示されました。この研究の結果は、一般住民を対象とした大規模な調査で、比較的長い追跡期間にわたって様々な要因の影響を考慮し解析して得られたものであり、信頼度が高いと考えられます。ただし、この研究では、(1) 肝がん罹患の高リスク要因である肝炎ウイルスの既往についての情報がない、(2) 緑茶摂取頻度についてベースライン時にしか調査を行っていない、(3) 6,337 名の対象者を緑茶摂取頻度の回答に不備があったために解析から除外しているという限界もあります。
