

コーヒー摂取と認知症発生リスクの関連：大崎市民コホート 2006 研究

Association between Coffee Consumption and Incident Risk of Disabling Dementia in Elderly Japanese: The Ohsaki Cohort 2006 Study.

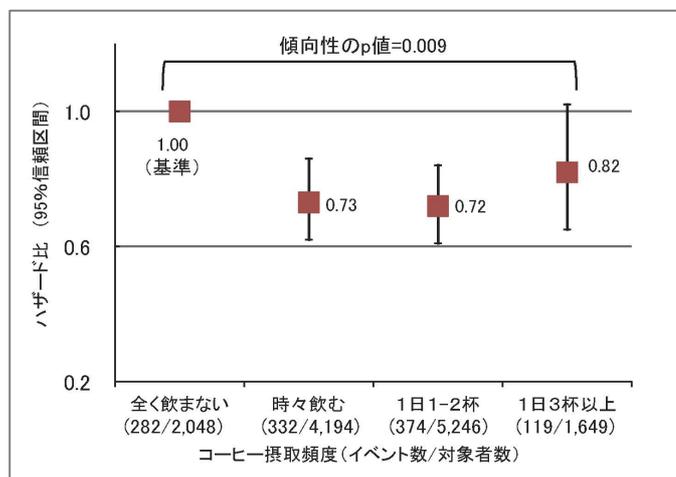
2015 年 Journal of Alzheimer's Disease 発表

コーヒー摂取頻度が高い人ほど、要介護状態で認知症になるリスクが少ない

コーヒー摂取頻度と認知症発生リスクの関連を報告した先行研究は複数存在するが、結果が一致していません。本研究は、コーヒー摂取頻度と認知症発生リスクの関連を大規模な前向きコホート研究により検証したものであり、コーヒー摂取頻度が高い人では認知症になるリスクが少ないことを明らかにしました(図)。

研究のデータについて

本研究は、2006 年 12 月に実施した大崎市民健康調査を用いて分析を行いました。大崎市民健康調査は調査開始時点で 65 歳以上であった住民 31,694 名を対象にアンケート調査を実施し、23,091 名から有効回答を得ました。本研究ではこのうち、要介護認定の情報提供に非同意の者、ベースライン時に要介護認定を受けていた者、追跡開始日以前に異動した者、コーヒー摂取頻度の質問に回答しなかった者を除いた 13,137 名について分析を行いました。追跡期間は 5.7 年間で、計 1,107 名の認知症発生がみられました。



コーヒーの摂取頻度について

コーヒーの摂取頻度は、アンケートの回答から得ました。摂取頻度は「飲まない」、「ときどき飲む」、「1日1~2杯」、「1日3~4杯」、「1日5杯以上」の中から選択していただきました。「1日3~4杯」、「1日5杯以上」と回答の方が少なかったため、2つを「1日3杯以上」に合わせ、合計4群に再分類し、「飲まない」群を基準として解析しました。

他のリスク要因の影響について

コーヒー摂取頻度が高い者ほど、男性の割合が多く、体格が大きく、現在喫煙率や飲酒率が多く、1日の歩行時間が少なく、心理的ストレス度が高いことがわかりました。一方で、コーヒー摂取頻度が高い者ほど、年齢が若く、脳卒中・高血圧・糖尿病の既往割合が少なく、最終学歴の年齢が高いこともわかりました。これらの要因は、求めたいコーヒー摂取と認知症発生リスクの真の関連に影響を及ぼす可能性があります。したがって、本研究では、コーヒー摂取頻度に従って分類した対象者群の間に、これらの要因についての偏りが生じないように、統計学的な解析を行いました。

研究の特徴と限界について

本研究の特徴は、(1) 大規模コホートデータである点、(2) 認知症発生と関連すると言われている、心理的ストレスや社会的つながりなどの心理社会的な要因も考慮して解析した点が挙げられます。一方で、本研究の限界は、(1) 調査開始時点の認知機能の評価尺度をデータ解析に用いていないこと、(2) 摂取したコーヒーが、認知機能に影響するとされているカフェインを含有していたかどうかについて調査できなかったことなどが挙げられます。