

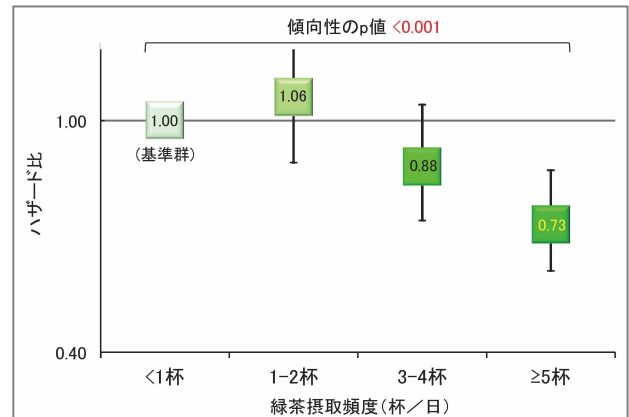
緑茶摂取と認知症発生リスクの関連：大崎市民コホート 2006 研究

Green Tea Consumption and the Risk of Incident Dementia in Elderly Japanese:
The Ohsaki Cohort 2006 Study

2016 年 The American Journal of Geriatric Psychiatry 発表

緑茶摂取頻度が高い人ほど認知症発生リスクが低い

多くの生物学的な実験研究によって、緑茶には神経保護作用があり、認知症を予防する可能性が示されています。一方、ヒトを対象とした縦断研究（疫学研究）は少なく、結果が明確に一致していないため、緑茶と認知機能低下に関する関連は明らかになっていませんでした（横断研究の研究成果は当研究室でも過去に報告しております：<http://www.pbhealth.med.tohoku.ac.jp/node/346>）。本研究は、緑茶摂取頻度と認知症発生との関連を前向きコホート研究により検証したものであり、緑茶摂取頻度が高い人達では認知症発生リスクが低いことが明らかとなりました（図）。



研究のデータについて

本研究の分析は 2006 年の 12 月に実施した大崎市民健康調査を用いて行いました。大崎市民健康調査は 65 歳以上（当時）の住民 31,694 人を対象にアンケート調査を実施し、23,091 人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、緑茶摂取頻度の質問に回答しなかった者等を除いた 13,645 人について分析を行いました。

緑茶の摂取頻度について

緑茶の摂取頻度は、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。「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「1 日 1 杯未満」として解析しました。

他のリスク要因の影響について

緑茶摂取を飲んでいる者では、年齢が若かったり、疾患の既往が少なかったり、生活習慣が良かったりする可能性も考えられます。そのため、この研究では、緑茶摂取と認知症発生に関連すると考えられる要因の影響を考慮したデータ解析をしています。具体的には、性、年齢、既往歴、喫煙、飲酒、体格、歩行時間、食物摂取量等の要因について、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。

また、ベースライン時に主観的なもの忘れがある方を除外した場合でも結果が同様だったことから、「緑茶摂取頻度が低かった人達では既に認知機能が低かった（既に認知機能が低下していたから緑茶摂取頻度が低かった）ために、図のような有意な関連がみられた」という『因果の逆転』の可能性は低いと考えられます。

研究の特徴と限界について

この研究の結果は、一般住民を対象とした大規模調査にもとづいて、様々な要因の影響を考慮した解析手法から得られたものです。ただし、この研究では、（１）認知症の臨床診断データがないためにアウトカムに一定の誤分類が含まれていた可能性があること、（２）ベースライン調査のみの 1 時点では緑茶摂取頻度を評価していないため摂取頻度の変化が考慮されていないこと等の限界もあります。