

中年期の多量飲酒で脳卒中発症リスクが 34%高まる

アルコール摂取と脳卒中との関連についてはよく知られているが、中年期における飲酒が後年の脳卒中発症に与える影響については、これまでに報告されていない。そこで本研究では、遺伝的、そして若年期の生活習慣による影響も考慮したうえで、中年期の飲酒と脳卒中発症リスクについて検討した。

スウェーデン双生児レジストリーに登録された 60 歳以上の 11,644 人を対象とし、43 年間追跡した。追跡期間中に被験者の 29%が脳卒中を発症した。アンケートの回答に基づき、非飲酒、軽度飲酒（1 日当たり 1/2 杯以下）、中程度飲酒（1 日当たり 1/2～2 杯）、多量飲酒（1 日当たり 2 杯以上）に分類し、飲酒によるリスクと高血圧・糖尿病・喫煙などの健康リスクを比較した。その結果、多量飲酒者では軽度飲酒者に比べ、50 歳以降の脳卒中発症リスクが高かった（ハザード比：1.34； $P=0.02$ ）。75 歳までは高血圧や糖尿病よりも、多量飲酒が脳卒中予測因子としては優れていたが、75 歳以降では高血圧や糖尿病のほうが脳卒中予測因子として優位となった。一卵性双性児のみで分析したところ、双子のうち、脳卒中を発症した方は脳卒中を発症しなかった方よりも飲酒量が多かったことから、遺伝や若年期の生活習慣に関わらず、中年期の飲酒が脳卒中リスクを高めることが示唆された。さらに、中年期の多量飲酒により脳卒中の発症が 5 年早まることも示された（ $P=0.04$ ）。

したがって、中年期に 1 日 2 杯以上飲酒する多量飲酒は、75 歳までは脳卒中のリスク因子としてよく知られている高血圧や糖尿病よりも、優れた予測因子となることが示唆された。また、遺伝や若年期の生活習慣に関わらず、中年期の多量飲酒で脳卒中の発症が 5 年早まることも示された。

出典：Stroke; a journal of cerebral circulation. Published online Jan 29, 2015;

pii: STROKEAHA. 114. 006724.