

大腸がん診断後でも魚介類の摂取で大腸がんによる死亡リスク低下

魚介類由来 ω -3多価不飽和脂肪酸（エイコサペンタエン酸、ドコサヘキサエン酸、ドコサペンタエン酸）の抗腫瘍活性は実験的に立証されている。しかし、魚介類由来 ω -3多価不飽和脂肪酸の大腸がんの生存率への影響については不明である。

本研究では、米国の看護師および医療従事者を対象とした研究の参加者のうち、大腸がん患者1,659例を対象に、魚介類由来 ω -3多価不飽和脂肪酸の摂取と大腸がん診断後の予後について前向き研究を行った。その結果、大腸がん診断後の魚介類由来 ω -3多価不飽和脂肪酸の摂取量の多さと、大腸がんによる死亡リスクの低下に関連がみられた（傾向の $p=0.03$ ）。 ω -3多価不飽和脂肪酸の摂取量が0.30g/日以上以上の群の、0.10g/日未満群に対する大腸がん死亡率の調整ハザード比は0.59であった。診断後に ω -3多価不飽和脂肪酸の摂取量を0.15g/日以上増やした群の、摂取量に変化なしまたは0.02g/日未満しか増やしていない群に対する大腸がん死亡のハザード比は0.30（傾向の $p<0.001$ ）であった。診断後の ω -3多価不飽和脂肪酸の摂取と全死因死亡には関連はみられなかった（傾向の $p=0.47$ ）。

したがって、大腸がんを診断された後でも魚介類由来の ω -3多価不飽和脂肪酸を多く摂取するほど大腸がんによる死亡リスクが低減されることが示された。

出典：Gut. 2017; 66(10): 1790-1796