

作成番号:0250

=====

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

=====

号数:2025-250

内容:ビール好きの人は、ワインや蒸留酒などを好む人と比べて不健康？

出典:Convergence of Alcohol Consumption and Dietary Quality in US Adults Who Currently
Drink Alcohol: An Analysis of Two Core Risk Factors of Liver Disease.

Nutrients. 2024 Nov 13;16(22); pii: 3866.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39599652/>

好きな酒の種類が、その人の生活習慣を知る手がかりになるかを、米デュレーン大学の研究者らによる研究結果は、「Nutrients」11月13日号に掲載された。

飲酒習慣がある 1,917 人の米国成人(平均年齢 46.8±0.8 歳、男性 56.5%)の全国調査データを分析した。回答者の 38.9%がビールのみ、21.8%がワインのみ、18.2%が蒸留酒/カクテルのみ、21.0%が複数種類の酒を飲むと回答していた。また、飲んでいる酒の種類にかかわらず、飲酒習慣のある人で食事の質の評価指標である健康食指数(HEI、100 点満点)で、十分に健康的な食生活と見なされる 80 点を達成している人はいなかった。ビールのみを飲む人は、ワイン、または蒸留酒/カクテルのみを飲む人、複数種類の酒を飲む人と比べて、世帯収入と食事の質が低く、身体活動量が少なく、喫煙者が多い傾向が認められた。具体的には、ビールのみを飲む人では、貧困ラインの閾値を下回る人の割合が高く(12.7%、ワインのみ飲む人 5.7%、蒸留酒/カクテルのみ飲む人 9.6%、複数種類の酒を飲む人 6.0%、以下、同順で記載)、健康食指数(HEI、100 点満点)が低く(49.3 点、55.1 点、52.8 点、52.6 点)、喫煙者の割合が高く(27.8%、10.0%、19.9%、15.3%)、身体活動量が十分な人の割合が少なかった(42.2%、59.8%、46.1%、59.3%)。さらに、ビールのみを飲む人は、1 日当たりの総カロリー摂取量が最も多かった。

ビール好きの人は、ワインや蒸留酒などを好む人と比べて不健康な生活習慣を送っている人が多いことが明らかになった。

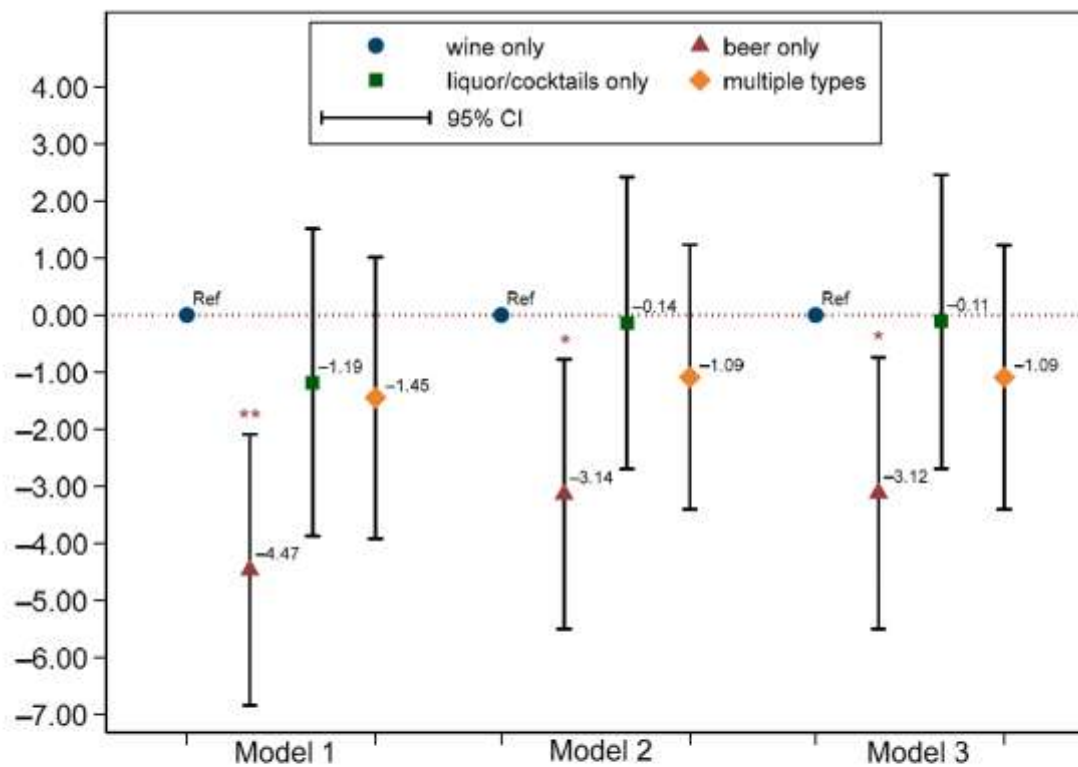


Figure 1. Associations between type of alcoholic beverage and Healthy Eating Index scores among all current alcohol drinkers. Model 1 was adjusted for age, sex, race, and poverty-to-income ratio. Model 2 was adjusted for covariates in Model 1 and the status of cigarettes and amount of alcohol use, physical activity, and medical conditions. Model 3 was adjusted for covariates in Model 2 and the presence of metabolic syndrome. *, $p < 0.05$; **, $p < 0.01$ when compared to wine only. Abbreviation, Ref, reference group.