

作成番号:0299

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:2025-299

内容:乳製品摂取量と慢性肝疾患死亡率および肝がん発症率との関連性

出典:The associations between dairy intake and chronic liver disease mortality and liver cancer incidence: a prospective cohort study.

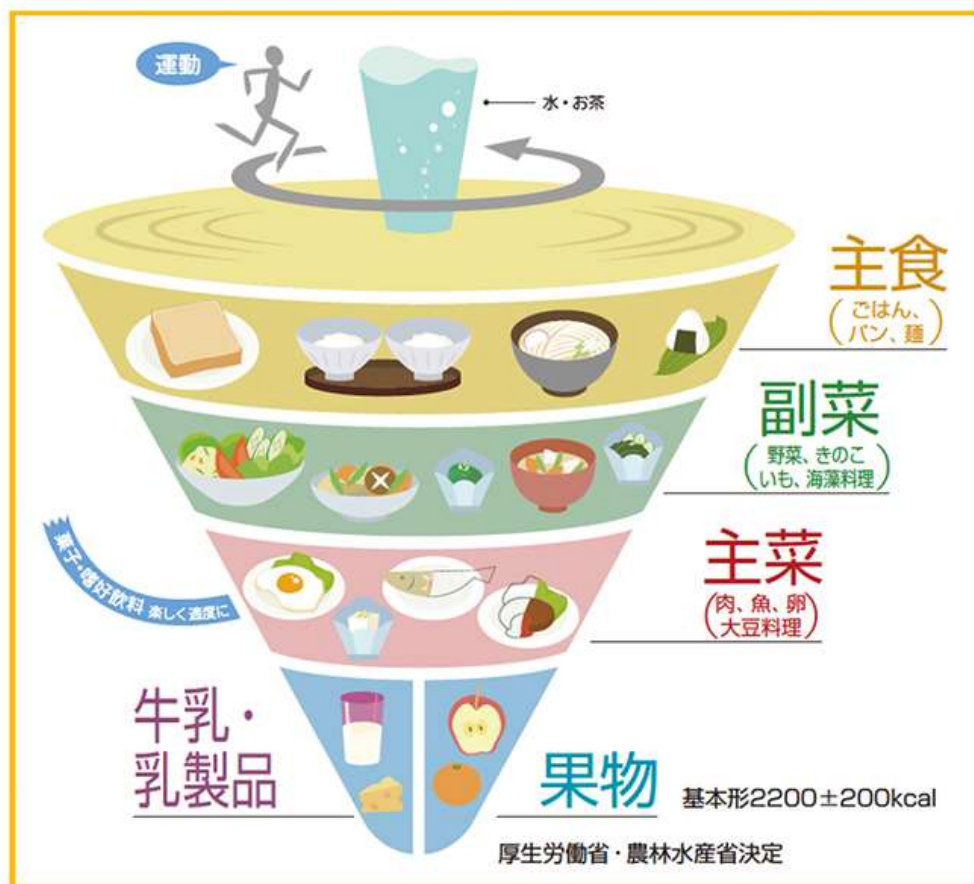
The American journal of clinical nutrition. 2025 Apr 28; pii: S0002-9165(25)00245-X.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40306387/>

乳製品摂取量と慢性肝疾患死亡率および肝がん発症率との関連性を、米国・ハーバード大学の研究者らが調査し、The American Journal of Clinical Nutrition 誌オンライン版 2025 年 4 月 28 日号に報告した。

1995～96 年の米国国立衛生研究所-AARP 食事・健康研究の参加者を対象とした前向きコホート研究。合計 485,931 人の適格参加者が解析に含まれた。男性は 59.8%、平均年齢は 61.5 (SD 5.4) 歳であった。追跡期間中央値 15.5 年の間に、慢性肝疾患による死亡が 993 件、肝がんが 940 件発生した。慢性肝疾患死亡率は、高脂肪乳製品および高脂肪牛乳の摂取と正の関連を示した。低脂肪乳製品、低脂肪牛乳、ヨーグルトの摂取と慢性肝疾患死亡率は逆の関連を示した。乳製品全体と高脂肪乳製品の摂取は、肝がん発症率とわずかながら正の関連を示した。牛乳摂取は肝細胞がん発症率と正の関連を示した。

以上から、高脂肪乳製品摂取は慢性肝疾患死亡リスクを高める一方で低脂肪乳製品摂取はリスクを下げ、乳製品全体・高脂肪乳製品・牛乳は肝がんリスクを高める。



厚生労働省・農林水産省ホームページ「食事バランスガイドについて」