

# 食習慣の地域差が母乳中、脂肪酸含量に影響を与える

|       |  |
|-------|--|
| メタデータ | 言語: jpn<br>出版者: 日本DOHaD研究会<br>公開日: 2015-05-09<br>キーワード (Ja):<br>キーワード (En):<br>作成者: 山城, 雄一郎, 神谷, 鏡子, 石井, 廣重, 山田, 恒世,<br>北村, 洋平, 清水, 隆司, 神谷, 仁<br>メールアドレス:<br>所属: |
| URL   | <a href="http://hdl.handle.net/10271/2845">http://hdl.handle.net/10271/2845</a>  |

## P-11 食習慣の地域差が母乳中、脂肪酸含量に影響を与える

○山城 雄一郎<sup>1</sup>, 神谷 鏡子<sup>2</sup>, 神谷 仁<sup>2</sup>, 石井 廣重<sup>3</sup>, 山田 恒世<sup>3</sup>, 北村 洋平<sup>4</sup>, 清水 隆司<sup>4</sup>

<sup>1</sup>順天堂大学大学院・プロバイオティクス研究講座, <sup>2</sup>かみや母と子のクリニック,  
<sup>3</sup>石井第一産婦人科クリニック, <sup>4</sup>森永乳業株式会社・栄養科学研究所

【目的】 母乳は乳児に最適な栄養であり、母乳育児は乳児のみならず母親にも即ち母児にとって極めて有益である。DOHaD 理論に基づくと、母親の妊娠前、妊娠中そして授乳中の栄養摂取が乳児期は元より、児が成長して成人期の肥満、メタボリック症候群 (Met. S) の発症リスクに影響を与える事が明らかになりつつある。一方、母乳中 macronutrients 含量の中で、脂質 (脂肪酸) が唯一、母親の食事摂取の影響を受ける。長鎖多価不飽和脂肪酸 (LCPUFA)、特に n-3 系の docosahexaenic acid (DHA, 22: 6n-3) は、乳幼児の脳の発達に重要な役割を果たすだけでなく、母乳中の DHA が近年、肥満、Met. S の抑制効果のある事が知られている。当研究は、地域の食習慣特に魚介類摂取が母乳中 LCPUFA 組成に影響を与えている仮説を立てて、かつその地域の小児及び成人の肥満度に関与している可能性を検討する目的で行った。

【方法】 正常分娩で健康児を出産した産後 1 ヶ月の健康な授乳中の女性 51 名 (25 名は魚介類摂取が全国一少ない県、他の 26 名は全国平均: 全国 22 位の県) から、搾乳で提供された母乳中の PUFA 濃度を分析した。

【結果】 n-3 系 LCPUFA の DHA および EPA (eicosapentaenic acid, 20: 5n-3) の母乳中濃度は、魚介類摂取の少ない群が全国平均群に比し、有意に低値を示した。しかし、ALA ( $\alpha$ -linolenic acid, 18: 3n-3) と n-6 LCPUFA の AA (arachidonic acid, 20: 4n-6) は、両群間で差異は認められなかった。DHA/AA 比は魚介類摂取の少ない群で低値であった。なお、肥満率は魚介類摂取の少ない地域で全国平均値地域よりも高く、特に成人は肥満だけでなく 2 型糖尿病有病率も全国一であった。

【結論と見解】 地域の食習慣、特に魚介類摂取は母乳中の LCPUFA (DHA, EPA) 濃度に強く影響する事が明らかになり、その地域で発育した児の肥満とこれに伴う疾患のハイリスクとなる可能性が示唆された。従って、魚介類摂取の少ない地域および個人に対し、食事指導の強化が重要である。しかし、種々の理由で魚介類摂取が不十分な場合、DHA のサプリメントも考慮すべきである。