シニア女性の物忘れの重症度は銅の摂取量と正の相関がある

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2022-03-04 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 尾臺, 珠美, 寺内, 公一, 宮坂, 尚幸 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10271/00004036

DOHaD 研究 (ISSN 2187-2597)
2021 年 第 9 巻 第 2 号 98 頁

第 45 回日本女性栄養・代謝学会学術集会
＜一般口演 2＞

シニア女性の物忘れの重症度は銅の摂取量と正の相関がある

1 東京医科歯科大学産婦人科

尾臺 珠美
寺内公一 1 宮坂尚幸 1

【目的】認知機能は閉経移行期から閉経後に低下することが知られている。ビタミン、アミノ酸、脂肪酸などの栄養素が脳の機能維持に不可欠であることは示されてきたが、多様な栄養素が記憶に与える影響は十分に解明されていない。今回われわれは、中高年女性における主観的なもの忘れ症状と摂取栄養素との関係を調査した。
【方法】40 歳以上の中高年女性 245 人を対象とし、ミドルエイジ(40–54 歳, N = 166)、シニア(55 歳以上, N = 79)群に分類した。物忘れ症状を更年期 QOL 質問票(MHR-QOL)を用いて、スコア 0–1(症状なし、軽度)を unforgetful、2–3(中等度、重度)を forgetful と分類し、Brief-type Self-administered Diet History Questionnaire (BDHQ)を用いて食事調査を行った。さらに、体組成、心血管パラメータ、更年期症状、生活習慣を含む対象者の背景因子を調査した。中等度以上の症状と BDHQ から得られる 43 種の摂取栄養素との関係を、多重ロジスティック回帰分析を用いて調査した。
【結果】31%が中等度以上の物忘れ症状を有していた。ミドルエイジ群で、中等度以上の症状と関連する栄養素は認めなかった。シニア群で年齢、BMI、背景因子で調整し多重ロジスティック回帰分析を行うと、物忘れ症状の重症度は銅の摂取量と正の相関を示した(銅摂取量 10 mg/KJ あたりオッズ比 1.25、95%信頼区間 1.08–1.50)。
【結語】シニア女性において、物忘れ症状の重症度は高い銅の摂取量と関連した。銅摂取量を減らすことで物忘れ症状が緩和する可能性がある。