

## 日本人妊婦におけるつわりの程度と栄養摂取量の関連性評価

著者	村上 里香, 中村 吉孝, 木ノ内 俊, 田中 景子, 大久保 公美, 佐々木 敏, 三宅 吉博, 蓮尾 静香
雑誌名	DOHaD研究
巻	4
号	1
ページ	109-109
発行年	2015
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10271/2983">http://hdl.handle.net/10271/2983</a>

## 日本人妊婦におけるつわりの程度と栄養摂取量の関連性評価

村上里香<sup>1</sup>、蓮尾静香<sup>1</sup>、中村吉孝<sup>1</sup>、木ノ内俊<sup>1</sup>、  
田中景子<sup>2</sup>、大久保公美<sup>3</sup>、佐々木敏<sup>4</sup>、三宅吉博<sup>2</sup>

1. 株式会社明治 研究本部 食機能科学研究所、2. 愛媛大学大学院 医学系研究科 公衆衛生・健康医学講座、3. 国立保健医療科学院 生涯健康研究部、4. 東京大学大学院 医学系研究科 社会予防疫学分野

### 【背景・目的】

妊娠中の栄養状態は、胎児の発育に重要なだけでなく、その児の将来にも影響すると考えられている。妊娠期に特有のつわりは食習慣の変化や食欲不振を伴うため、栄養バランスの偏りや低栄養状態を生じさせやすい。そこで、九州・沖縄母子保健研究 (Kyushu Okinawa Maternal and Child Health Study: KOMCHS) のベースラインデータを活用し、日本人妊婦におけるつわりの程度と栄養摂取量の関連性を解析した。

### 【対象・方法】

妊娠 5～39 週の対象者 1,553 名のうち、妊娠前と妊娠中の食習慣が“同じ”、あるいは“ほとんど同じ”と回答した者を「つわり 無/軽度」(452 名、29%) と定義した。妊娠中の食習慣が妊娠前と“少し異なる”または“大きく異なる”と回答し、かつ、その理由が“つわり”であると回答した者は、食習慣の変化の程度に応じて「つわり 中等度」(631 名、41%) または「つわり 重度」(470 名、30%) と定義した。自記式食事歴法質問票 (self-administered diet history questionnaire: DHQ) を用い、エネルギーおよび 25 の栄養素 (計 26 項目) について対象者の過去 1 ヶ月間の習慣的な摂取量を調べた。各栄養素の摂取量は、値を自然対数変換した後にエネルギー摂取量で調整した。つわりの程度と各摂取量との関連性は、共分散分析によって評価した。

### 【結果】

26 項目の栄養成分のうち、総エネルギー、たんぱく質、ビタミン D、ビタミン K、ナイアシン、ビタミン B<sub>6</sub>、ビタミン B<sub>12</sub>、パントテン酸、リン、銅および亜鉛の摂取量が、つわりが重いほど有意に低い値であった。ビタミン C 摂取量はつわりが重いほど有意に高い値であったが、つわりが重い妊婦ほど全体的に栄養摂取が不足している可能性があることが示唆された。一方で、つわりは妊娠 16 週頃までの一過性症状として一般的に知られているが、本解析からは妊娠 16 週以降もつわり有症者が各週で 30%以上存在することが確認された。一定割合の妊婦においては、つわりによる栄養摂取不足が長期化して低栄養リスクが更に高まり、胎児に影響を及ぼす可能性も増大しやすと考えられた。

### 【結論】

つわりが重いほど摂取不足による低栄養リスクが高い可能性が示された。本研究の成果は、つわり時の栄養摂取と出生児の関連性解析や、児の将来を見据えた妊婦の栄養管理における有用な基礎情報となり得る。