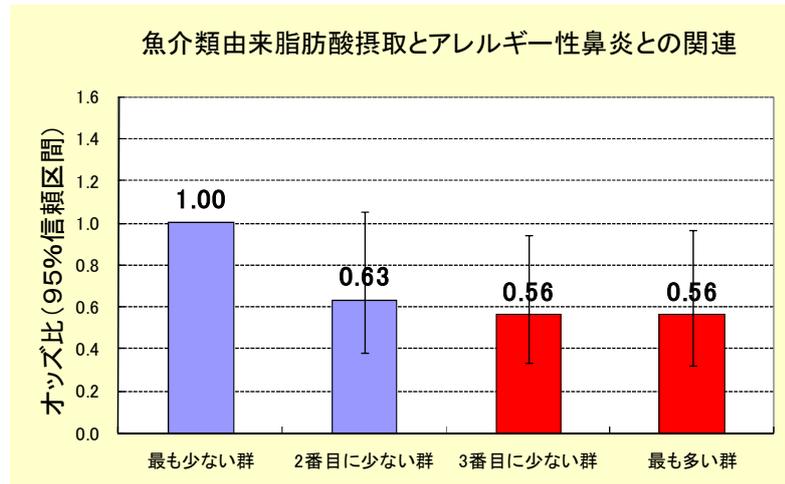


## 大阪母子保健研究ベースラインデータの結果 魚介類、脂肪酸の摂取とアレルギー性鼻炎との関連

**背景：**魚介類や魚介類由来のn-3系不飽和脂肪酸摂取がアレルギー疾患に予防的であるかどうかははっきりしていません。

**方法：**大阪母子保健研究のベースライン調査に参加した1002名の妊婦さんを対象としました。最近1年の間にアレルギー性鼻炎（花粉症も含む）の投薬治療を受けた場合をアレルギー性鼻炎ありと定義しました。交絡因子として、年齢、ベースライン調査時妊娠週、子数、喫煙状況、家庭内及び職場での受動喫煙状況、喘息、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎の家族歴、屋内のペット、家計の年収、教育歴、寝具のダニ抗原量、BMI、過去1ヶ月の食事変容、季節を補正しました。

**結果：**摂取量によって4等分すると、最も多く魚介類由来n-3系不飽和脂肪酸（エイコサペンタエン酸とドコサヘキサエン酸摂取の和）を摂っている群と2番目に多く摂取している群で、アレルギー性鼻炎の有症率が統計



学的に有意に低くなりました。食品として検討した場合、魚介類を多く摂取するほど、アレルギー性鼻炎の有症率が低くなる傾向にありましたが、統計学的に有意ではありませんでした。肉類、乳製品、卵、飽和脂肪酸、単価不飽和脂肪酸、n-6系不飽和脂肪酸、コレステロール摂取はアレルギー性鼻炎と関連を認めませんでした。

**結論：**魚介類摂取の極めて多い日本人において、魚介類由来n-3系不飽和脂肪酸摂取とアレルギー性鼻炎の負の関連を報告しました。

**出典：** Miyake Y, Sasaki S, Tanaka K, Ohya Y, Miyamoto S, Matsunaga I, Yoshida T, Hirota Y, Oda H, The Osaka Maternal and Child Health Study Group. Fish and fat intake and prevalence of allergic rhinitis in Japanese females: the Osaka Maternal and Child Health Study. J Am Coll Nutr. 2007; 26: 279-287.