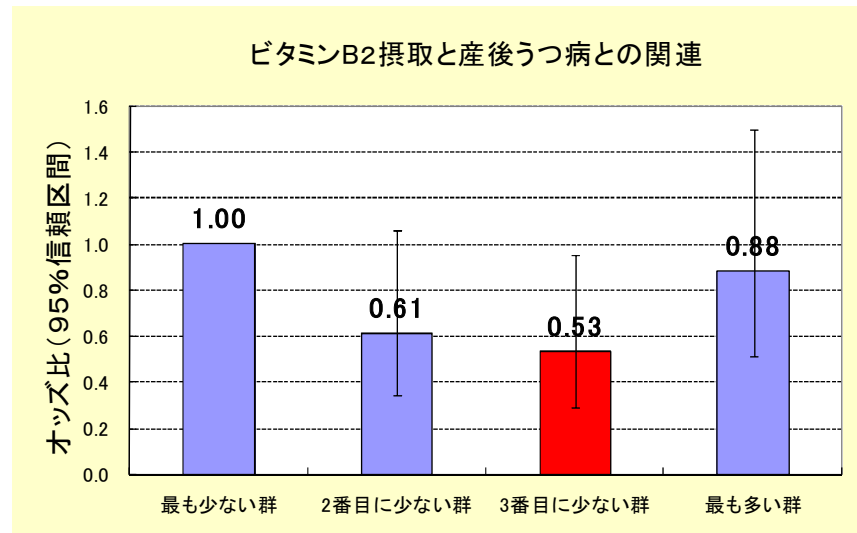


## 大阪母子保健研究 2-9 ヶ月時追跡データの結果 葉酸、ビタミンB類摂取と産後うつ病発症との関連

**背景：**葉酸摂取がうつ病に予防的であるという報告が過去にあります。これまでに葉酸及びビタミンB類摂取と産後うつ病に関する疫学研究はありません。

**方法：**大阪母子保健研究のベースライン調査と生後 2-9 ヶ月時の第 1 回追跡調査に参加した 865 名を対象としました。エディンバラ産後うつ病評価尺度により、30 点中 9 点以上を産後うつ病有りと定義しました。年齢、妊娠週、子数、喫煙、家族構成、年収、教育歴、過去 1 ヶ月の食事変容、ベースライン時の季節、BMI、追跡調査時期、妊娠中の医学的異常、子供の性別及び出生時体重を交絡因子として補正しました。

**結果：**865 名中、121 名が産後うつ病有りと判定されました。妊娠中の摂取量によって 4 等分すると、ビタミンB<sub>2</sub>摂取量の最も少ない群に比較して、3



番目に少ない群で、統計学的に有意に産後うつ病のリスクが下がりました。しかしながら、最も多い摂取群では、統計学的に有意な関連を認めませんでした。全体としてU字型の関連を認めました。葉酸、ビタミンB<sub>12</sub>、ビタミンB<sub>6</sub>摂取はいずれも産後うつ病のリスクと有意な関連を認めませんでした。

**結論：**葉酸及びビタミンB<sub>12</sub>摂取が産後うつ病に予防的であるという結果は得られませんでした。しかしながら、中等度のビタミンB<sub>2</sub>摂取が産後うつ病に予防的であるのかもしれませんが。

**出典：** Miyake Y, Sasaki S, Tanaka K, Yokoyama T, Ohya Y, Fukushima W, Saito K, Ohfuji S, Kiyohara C, Hirota Y, The Osaka Maternal and Child Health Study Group. Dietary folate and vitamins B<sub>12</sub>, B<sub>6</sub>, and B<sub>2</sub> intake and the risk of postpartum depression in Japan: The Osaka Maternal and Child Health Study. J Affect Disord. 2006; 96: 133-138.