

## 論文概要の和文様式

雑誌におけるタイトル: Serum n-3 polyunsaturated fatty acids and psychological distress in early pregnancy: Adjunct Study of Japan Environment and Children's Study

和文タイトル: 妊娠前期における抑うつ症状と血清n-3系多価不飽和脂肪酸に関するケース・コントロール研究

ユニットセンター(UC)等名: 富山UC

サブユニットセンター(SUC)名:

発表雑誌名: Translational Psychiatry 巻: 6 頁: e737 年: 2016 月: 2

筆頭著者名: 浜崎 景

所属UC名: 富山UC

目的:

妊娠期間中は多量のn-3系多価不飽和脂肪酸(PUFA)が胎児形成に必要とされており、n-3系PUFAの不足が抑うつ発症の1つの原因とも言われていますが、妊娠前期における調査は今までに報告されていません。そこで今回、妊娠前期の抑うつ症状と血清n-3系PUFAとの関連を調査しました。

方法:

抑うつ尺度としてはKessler 6を使用し、9点以上を抑うつ“有り”としました(n=283)。さらに9点未満で、年齢・最終学歴・世帯収入でマッチさせた283名を対照群として解析を行いました。血清脂肪酸はガスクロマトグラフィーにて測定し、それぞれの血清脂肪酸組成で「少ない」・「中程度」・「多い」の3つのグループに分け、「少ない」群と比較してほかのグループでの抑うつ症状のなりやすさを検討しました。

結果:

対照群(抑うつ症状無し群)と比べて抑うつ症状有り群で、エイコサペンタエン酸(EPA)とドコサペンタエン酸で統計学的に有意な低下が認められました。また様々な因子で調整した結果、血清EPAにおいて、「少ない」群と比較して「多い」群で抑うつになりやすいことがわかりました。その他の血清n-3系PUFAでは特に関連は認められませんでした。

考察:(研究の限界を含める)

妊娠前期における抑うつ症状と血清n-3系PUFAに関する調査は初めてであり、血清EPAが高いほど抑うつ症状を有するリスクが下がることが示されました。先行研究より、うつ症状に対してはドコサヘキサエン酸(DHA)よりEPAの方が効果があることが報告されており、今回の結果と合致しておりました。さらに今回のデータセットを使用して、Kessler 6で13点以上を抑うつ“有り”とした場合でも同様な結果が得られました。研究の限界としては、横断研究なので因果関係まではわかりません。また、魚介類摂取は一般的に健康的な食生活を反映しているため、調整しきれなかった因子があるかもしれません。

結論:

今回の結果より、妊娠前期では血清EPAが高い方が抑うつを予防できる可能性が示されました。今後は、産後など時期を変えて検討したいと思います。