

## 論文概要の和文様式

雑誌におけるタイトル: Fermented Food Consumption and Psychological Distress in Pregnant Women: A Nationwide Birth Cohort Study of the Japan Environment and Children's Study.

和文タイトル: 妊婦の発酵食品摂取と不安障害・うつとの関連

ユニットセンター(UC)等名: 宮城UC

サブユニットセンター(SUC)名:

発表雑誌名: The Tohoku Journal of Experimental Medicine 巻: 240 頁: 309 年: 2016 月: 1

筆頭著者名: 高橋 史朗

所属UC名: 宮城UC

目的: 妊婦の発酵食品摂取による不安障害・うつ予防効果を検討する。

方法: 10,129 妊婦を対象に、発酵食品はM-T2 semi-quantitative food frequency questionnaire (FFQ)、不安障害・うつは Kessler 6-item psychological distress scale (K6)13点以上を用いて解析した。

結果: 妊娠中期から末期にかけての発酵食品(ヨーグルト、乳酸菌飲料、チーズ、漬物、納豆、味噌汁)摂取量とKessler 6-item psychological distress scale(K6)13点以上は、有意な負の関連は認めなかった。

考察:(研究の限界を含める) 本研究の限界として、発酵食品ごとに詳細な分類(例えば商品別分類)ができてない、菌の種類別に解析ができていない。また各地域において、食生活文化が異なるので、それらを反映させた解析が必要である。K6はスクリーニング検査であり、不安障害・うつの確定診断ではない。

結論: 妊娠中期から末期にかけての発酵食品摂取(ヨーグルト、乳酸菌飲料、チーズ、漬物、納豆、味噌汁)と、不安障害・うつ軽減の有意な関連はなかった。