

子ども健康と環境に関する全国調査(エコチル調査)
論文概要の和文様式

雑誌における論文タイトル: Adherence to healthy prepregnancy lifestyle and risk of adverse pregnancy outcomes: A Prospective Cohort Study

和文タイトル: 妊娠前の健康的な生活習慣の組み合わせと周産期転帰との関連: 前向きコホート研究

ユニットセンター(UC)等名: コアセンター

サブユニットセンター(SUC)名:

発表雑誌名: BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology

年: 2025 DOI: 10.1111/1471-0528.17994

筆頭著者名: 大久保 公美

所属 UC 名: コアセンター

目的:

母親の生活習慣が妊娠中の合併症や胎児成長に関連することはよくわかっていますが、複数の生活習慣の組み合わせの影響については、ほとんどわかっていません。そこで、妊娠前からの健康的な生活習慣の組み合わせが、母子の将来の生活習慣病の発症リスクに係わる周産期転帰にどのように関連するかを明らかにすることを目的としました。

方法:

妊娠前の母親の食事・生活習慣、産科・分娩合併症、子どもの出生時体重などのデータが揃っている 79,703 組の母子を解析対象としました。本研究では、5 つの生活習慣(①適正体重の維持: BMI18.5 - 24.9 kg/m²、②健康的な食事: 食事バランススコア上位 40%、③身体活動: 週 150 分以上の中強度の身体活動、④禁煙、⑤節酒: 禁酒または過去飲酒)に注目しました。そして、これらの基準を満たす健康的な生活習慣の数と周産期の有害転帰(妊娠糖尿病、妊娠高血圧症候群、早産、低出生体重、胎内発育遅延)の発生リスクとの関連を調べました。

結果:

解析対象者のうち、13,894 人(17.4%)が 1 つ以上の周産期有害転帰を経験していました。そして、妊娠前から健康的な生活習慣を実践している数が多いほど、周産期有害転帰の発生リスクが低いことがわかりました。また、健康的な生活習慣を 1 つ増やすことができれば、周産期の有害転帰を約 7%防ぐことができると推定されました。

考察(研究の限界を含める):

本研究の限界として、エコチル調査の既報をもとに周産期転帰に関わる生活習慣要因を選択しているため、すべての生活習慣要因を考慮しきれていない点が挙げられます。

結論:

妊娠前から健康的な生活習慣を多く実践しているほど、母子ともに将来の生活習慣病リスクに関係する周産期の有害転帰の発生リスクが低いことがわかりました。