

# 協議会だより

DHA・EPA協議会

〒151-0062

東京都渋谷区元代々木町 32-7

一般財団法人日本水産油脂協会内

TEL & FAX: 03-3469-6931

URL: <http://www.dhaepa.org/>

E-mail: [dha\\_epa@par.odn.ne.jp](mailto:dha_epa@par.odn.ne.jp)

富山大学名誉教授 富山城南温泉第二病院 浜崎 智仁

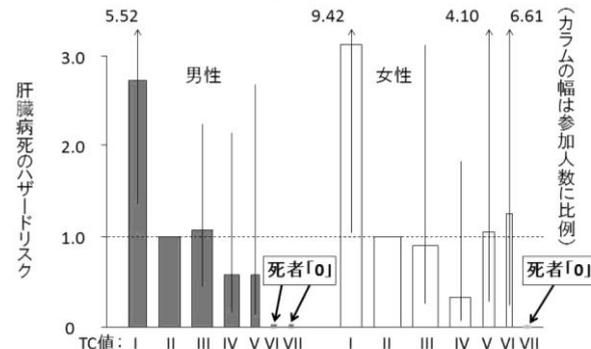
コレステロールと動脈硬化の(見かけ上の)関連はご承知の通りだが、世の中には動脈硬化より強く関連する項目(疾患)がある。総死亡率がまず上がる。NIPPON DATA80という、問題点の多い疫学調査を別とすれば、日本ではほぼ全ての疫学調査が、コレステロールが高いと総死亡率が低いことを示している。これは、コレステロールの高い人では感染症、癌、脳卒中などによる死亡率が低いからだ。他にも非常に特異的な疾患がある。コレステロールが高いと肝臓病で死亡しにくいのである。図1-3をご覧ください。

図1はNIPPON DATA80で、動脈硬化学会のガイドラインがコレステロールの危険性を示すために大々的に利用している前向き疫学調査。肝臓病死は総コレステロール(TC)が低いと男女とも3倍前後多くなる。さらに、男性ではTCが240mg/dL以上だと、肝臓病死がなく、女性でも260以上なら肝臓病で死なない。図2は10年以上追跡した別の前向き研究で、肝臓がんの発症率が男性では完全に右下がり。240以上では肝臓がんの発症がない。女性では高コレステロールのいい影響は男性ほど顕著ではないが、160を切ると危険性が4倍となる。図3は最近のデータで、茨城県住民が対象となっている。肝臓がん死のリスクがLDL-コレステロールとともにきれいに低下している。この研究によると、肝硬変による死亡はLDL-コレステロールが120(TCで約200に相当)以上では見つかっていない。このほか、韓国でも100万人以上を14年間追跡した調査で、肝臓がんの発症リスクが、完全に右下がりとなっている(J Clin Oncology 2011; 29: 1592)。この傾向は最初の10年間の死亡者を除いても大きな変化はない。[採血時にコレステロールが低下するほど、肝臓が悪ければ(肝硬変、肝臓がん)、大部分の人は数年以内に死亡しているため、「因果の逆転」の可能性を除ける。]

肝臓病(含がん)にはウイルスが関わることが非常に多いが、実はLDL粒子は細菌やウイルスを安全迅速に処理できるようにその周囲にベタベタくっつき、さらに細胞への感染を防ぐのである。C型肝炎ウイルスはLDL受容体を介して感染するため、LDLが多いと初期感染も新生した肝細胞への再感染も抑えられる。

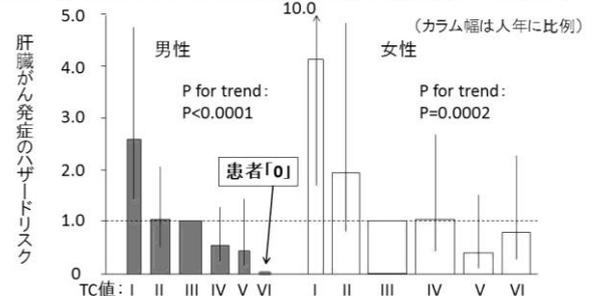
一方向だけを真実と考えると、重要な情報を見失う。日本にこんな情報があるとは全く知られていない。魚油は幸運なことに、ヒトのコレステロールを低下させない。

図1 総コレステロールと肝臓病死 (NIPPON DATA80)



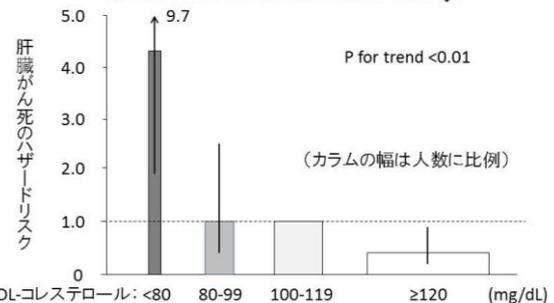
30歳以上の男女9,216を17.3年追跡。以下の混乱因子で補正:年齢、アルブミン、BMI、高血圧、糖尿病、喫煙、飲酒。TC=総コレステロール。TC: (I) <160, (II) 160-179, (III) 180-199, (IV) 200-219, (V) 220-239, (VI) 240-259, (VII) ≥260 (mg/dL) Okamura T et al. Atherosclerosis 2007;190:216

図2 総コレステロールと肝臓がん発症の関係 (JPHC研究)



9カ所の保健所管内で、癌と心血管系疾患のない40-69歳の男女33,368名を1990から1994年にかけて調査し、2004年まで追跡。以下の混乱因子で補正:年齢、BMI、喫煙、飲酒、高血圧、糖尿病、高脂血症、野菜の摂取量、コーヒー、調査した保健所。TC=総コレステロール。最初の3年間で発症した症例を除いても、大きな変化はなかった。TC: (I) <160, (II) 160-179, (III) 180-199, (IV) 200-219, (V) 220-239, (VI) ≥240 (mg/dL) Iso H et al. Int J Cancer 2009;125:2679

図3 肝臓がんによる死亡とLDL-コレステロールの関係 (Ibaraki Prefectural Health Study)



40-79歳の男女16,217名を平均14.1年追跡。リスクは以下の混乱因子で補正:年齢、性別、ALT、BMI、飲酒、喫煙。なお、最初の5年の死亡を除いても、大きな変化はなかった(病気だったからコレステロールが低かった可能性を除くため)。グラフでは示していないが、肝硬変による死亡例は全て120mg/dL未満の人達であった。Saito N et al. Tohoku J Exp Med 2013;229:203

《幹事会のうごき》 平成 25 年 11 月 8 日(金)15:00~17:00、一般財団法人日本水産油脂協会新館において平成 25 年度第 7 回幹事会が開催された。

- ・第15回公開講演会の出席者数および収支について、事務局より報告があった。また、講演会についての感想が幹事各位より述べられた。
- ・次年度総会講演会について意見が述べられた。