

弘大と雪印メグミルクが共同研究 牛乳飲む人 血圧低く

牛乳・乳製品を多く摂取する人は収縮期血圧(上の血圧)が低い。弘前大学(福田眞作学長)と共同研究「ミルク栄養学研究講座」を進めている雪印メグミルク(本社東京都)は29日、牛乳・乳製品の摂取量と血圧との関係を示す研究成果を発表し

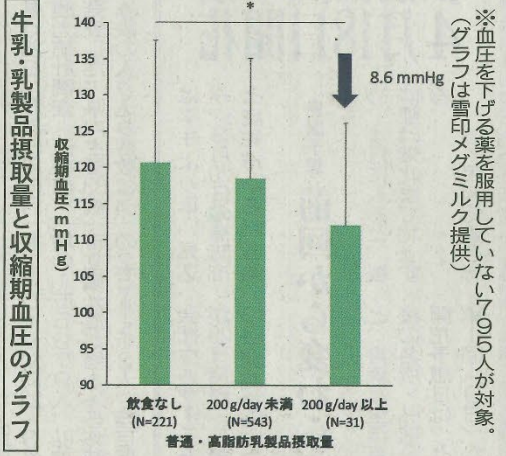


河田大輔研究員

た。弘前大を中心に取り組み大規模な住民合同健診「岩木健康増進プロジェクト」の健診データの解析によるもので、本県が抱える健康課題の解決、県民の健康意識向上につながる事が期待される。

(稲葉智絵)

岩木健診の「リン」関与か データ解析



研究成果をまとめた論文が、22日付の高血圧に関する国際学術誌「Hypertension Research」に掲載された。研究は、同社が弘前大と共同研究契約を結んだ2022年秋に着手。15年の岩木健診データ(対象者1071人)を基に、牛乳・乳製品の摂取量と血圧の関係、血液検査の測定結果を解析した。さらに、対象者のうち血圧を下げる薬を服用していない795人に限定した解析も行った。

その結果、牛乳・乳製品の摂取量が多い人ほど上の血圧が低いことが分かった。摂取量で比較すると、1日当たり200g(コップ1杯)以上、同200g未満、摂取なしの順で低かった。血圧を下げる薬を服用していない対象者では、200g以上が摂取なしよりも、上の血圧が8.6mmHg低かった。

血液検査では110種類の血液指標(血液中の成分など)を解析。その結果、骨や歯の形成などに欠かせない必須ミネラルの一つで、牛乳・乳製品に豊富に含まれる「リン」が関与していることが示唆された。同社ミルクサイエンス研究所食品機能研究室の河田大輔研究員(弘前大駐在)は「青森県をはじめ、東北地方が推進する高血圧予防に役立つ研究成果を出せ

た。さらに、弘前大が目指すウェルビーイング(心身と社会的な健康)に少しでも貢献できた」と喜びをにじませた。今回は横断研究による成果とした上で「蓄積された岩木健診のビッグデータの縦断研究を進め、牛乳・乳製品摂取による高血圧のリスク低下のメカニズムを解明していきたい」と意気込んだ。

弘前大学長特別補佐・健康未来イノベーション研究機構長の村下公一教授は「本県にとって高血圧は大きな健康課題。岩木健診から生まれた研究が地元のみならず社会的にも意義のある成果となった」と評価。「畜産業は厳しい状況が続いている。(研究成果により)県内の牛乳・乳製品の消費拡大の後押しにつながる」と期待を寄せた。

同社は23年4月、岩木健診のビッグデータを基に、牛乳・乳製品の摂取量と全身の健康の関係を探究する共同研究講座を弘前大内に開設。昨年6月には骨の強さに関する研究成果を発表した。