

## 〈5〉日米データから算出する日本人の適切な妊娠中の食生活と体重増加量

### Optimal gestational weight gain and nutrition intake for maternal women. Comparison of US and Japanese women

国立成育医療研究センター社会医学研究部ライフコース疫学研究室 森崎 菜穂

本研究は妊娠中の食生活、体重増加量と周産期予後との関係性を定量的に評価し、日本人の体格・食生活・文化に即した妊娠中の栄養管理に関する指針作成に有用なエビデンスを提供することを目的とした。

#### 1) 日米の日本人妊婦における妊娠中体重増加量と母児の予後との関係性

2009-2012年に米国にて出生した児において、母体の妊娠中体重増加と児の出生体重を、人種別に評価した。

両親の単一の同一人種である10人種の児を計8,097,219解析したところ、日本以外の9人種においてはBMI<23の妊娠中体重増加が平均14-17kgであるのに対し、日本人においては平均12kgであった。

また、在胎週数を考慮したのちの児の出生体重は日本人が10人種中最も小さかった。特に、日本人と同じようにやせている女性が多いベトナム・中国・韓国人と比べても日本人の平均出生体重は100-150g小さかった。

多変数解析を用いて母体の教育歴・年齢・BMI・妊娠中体重増加・喫煙歴がそれぞれ日本人の出生体重に与える影響を調べたところ、日本人がほかの人種と比較し出生体重が小さい原因は母体BMIが低いこと(約-120g)および妊娠中体重増加が少ないこと(約-60g)が主な理由であり、教育歴・年齢・喫煙は人種差には影響していなかった。

#### 2) 日米における妊婦の食生活と妊娠中体重増加量の比較

日米の二つの周産期コホートにおいて、FFQ(Food Frequency Questionnaire)を用いて各妊産婦の総カロリーおよび3大栄養素の摂取量を算出し、両群の妊娠中の体重増加量の相違と各栄養群摂取量の関係性を比較した。この結果、日本人は米国人と比較して体重増加(10kg vs 14kg)およびカロリー摂取(妊娠中期に1784kcal vs 2122kcal)が少ないのみならず、タンパクの割合が少ないことが判明した(同14.1% vs 17.6%)。米国人と比べてタンパク質摂取は1日あたり約30g少なかった(同62.5g vs 92.2g)。この栄養摂取差が日米での出生体重の違い(2914g vs 3505g)に影響を与えている可能性がある。

今後は、上記データの個票データを用いて、妊娠中の栄養摂取と母児予後に関するさらなる解析を行う予定である。