

## 論文要旨

氏名	朴 祇佑
タイトル (日英併記)	Effects of both Japanese-style dietary patterns and nutrition on falling incidents among community-dwelling elderly individuals: A cross-sectional study (地域在住高齢者を対象にした日本版地中海食パターンに基づく栄養素摂取状況と転倒リスクの関連に関する疫学研究)

### 論文の要旨

わが国の高齢化に伴い、転倒発生頻度は上昇しており、65歳以上の地域在住高齢者の場合、約20%の発生率と言われている。転倒は骨折など重症化するリスクもあり、高齢者のQOLにも大きく影響する。転倒リスクを軽減するためには筋骨格系の健康を保つ必要があり、バランスの取れた食生活は欠かせない。しかし、高齢者を対象にした食事パターンや栄養摂取と転倒リスクの関連について検討した報告は少ない。そこで、本研究では転倒リスクと日本版地中海食パターンと栄養素摂取状況との関連を調べた。

本研究は横断研究であり、解析対象は地域在住高齢者186名(男性:67名,女性:119名;中央値:83歳)とした。口腔に関する項目として現在歯数,義歯の装着状況,全身に関する項目として、BMI,骨格筋指数,握力,下腿周囲長,骨・関節関連疾患などの既往歴および併存症指数などを調べた。

栄養評価には簡易型自記式食事歴法質問票(Brief-type self-administered Diet History Questionnaire:BDHQ)および日本版地中海食(jMD)スコアを用いた。転倒の定義は、1年間の転倒経験が2回以上の者とし、転倒の有無により2群に分類した。転倒の有無とjMDに含まれる13項目ならびに栄養素摂取状況との関連については共分散分析(ANCOVA)、転倒とjMDスコアの関連についてはロジスティック回帰分析を行った。調整因子は性別,年齢,BMI,骨・関節疾患の既往歴の有無,現在歯数および教育歴である。

その結果、jMDスコアと転倒リスクの間に有意な関連(オッズ比:0.72;95%信頼区間:0.57-0.91)が認められた。また、jMD13項目のうち、魚介類,卵類およびいも類の摂取が転倒と有意に関連しており、栄養素としては、動物性タンパク質,コレステロール,カリウム,マグネシウムおよび亜鉛の摂取と有意に関連することが明らかになった。

以上の結果から、動物性タンパク質,コレステロール,カリウム,マグネシウムおよび亜鉛を含むjMDの食事パターンは高齢者の転倒予防に重要であることが示唆された。

様式第3号 (第1条第1項第3号及び同第2項第3号関係)

A large empty rectangular box with a black border, occupying most of the page. It is intended for content related to the form's purpose, as indicated by the header text.