栄養士なら目を通しておきたい

健康・栄養文献トピックス

第八回「アトピー」

母乳哺育とアトピーの関連性

今日、アトピーを発症する子どもたちが増えています。しかしその原因はいまだはっきりしておらず、世間ではさまざまな憶測が飛び交っています。今回は、関連を指摘する声もある乳児期の母乳哺育とアトピーについての研究を紹介します。

独立行政法人国立健康・栄養研究所
栄養所要量策定企画・運営担当リーダー　佐々木　敏

●はじめに

アトピーは赤ちゃんや子どもたちにとって大きな問題になっています。その原因として多くのものが挙げられていますが、確実なものは、まだ見つかっていないようです。一方、母乳のなかには赤ちゃんをさまざまなアレルゲンから守ってくれる物質が入っていて、母乳で育てられた赤ちゃんはアトピーにかかりくいだろうと考えられます。ところが、この考えは必ずしも当たり前ではないようです。最近の4つの研究報告を見てみたいと思います。

母乳哺育とアトピーの関連を調べたコホート研究（ニュージーランド）

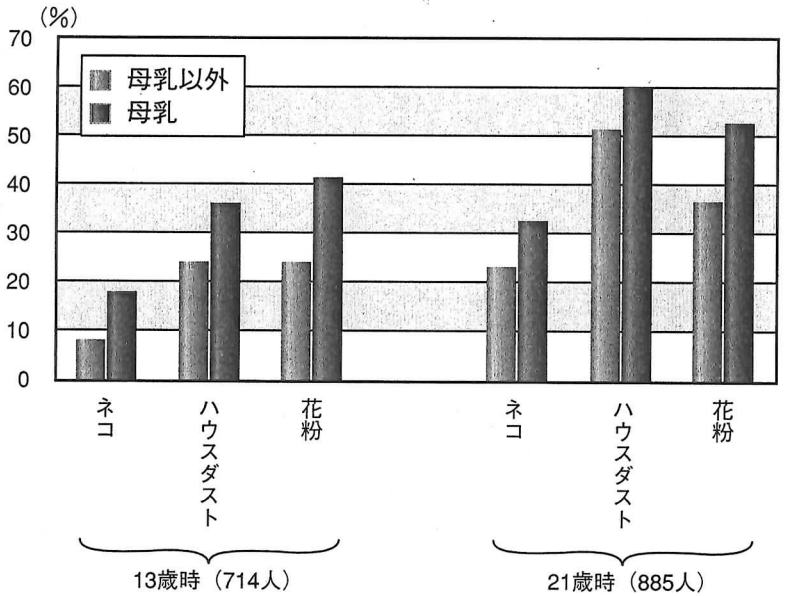
Sears MR, Greene JM, Willan AR, et al. Long-term relation between breastfeeding and development of atopy and asthma in children and young adults: a longitudinal study. Lancet 2002; 360: 901-7.

1972年と73年にニュージーランドのある病院で生まれた1661人の赤ちゃんのうち、3歳のときにその地域に住んでいて、この研究に参加を認めた1037人について、彼らが13歳になったときと21歳になったときに、皮膚パッチテストを用いてアトピーの有無を判定し、母乳哺育の有無で結果を比較しました。母乳哺育の有無は3歳の時に母親に尋ねてあったものを用いました。母乳を4週間以上飲ませていた場合を母乳哺育、4週間未満の場合を母乳哺育なしとしました。

結果は、13歳時、21歳時の両方で、母乳哺育ありの子どもたちのほうが母乳哺育なしの子どもたちよりも、どの種類のアトピーの出現率も高いというものでした（図）。

母乳哺育とアトピー性皮膚炎の関連を調べた18のコホート研究

図　母乳哺育の有無別にみた13歳時と21歳時におけるアトピーの有無の関係



Gdalevich M, Mimouni D, David M, et al. Breast-feeding and the onset of atopic dermatitis in childhood: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. J Am Acad Dermatol 2001; 45: 520-7.

66年から2000年の間に専門学術誌に発表され、出生後3ヵ月までの母乳哺育の有無を調べ、その後のアトピー性皮膚炎の発症状況を調べたコホート研究の結果をまとめたのがこの研究です。十分に信頼できる研究方法を用いていた研究が18存在します。

母乳哺育であった乳児がアトピー性皮膚炎に罹っていた率は、母乳哺育でなかった乳児がアトピー性皮膚炎に罹っていた率に比べて0・68と低いことが明らかになりました。とくに、アトピー性皮膚炎の家族歴をもつ乳児だけに限ると、その比は0・58と、さらに低くなっていました。一方、両親のいずれもアトピー性皮膚炎の経験がない乳児では、母乳哺育とアトピー性皮膚炎との間には関連が認められませんでした。

母乳哺育とアトピー性皮膚炎の関連を調べた日本の研究

Nakamura Y, Oki I, Tanihara S, et al. Relationship between breast milk feeding and atopic dermatitis in children. J Epidemiol 2000; 10: 74-8.

3歳児健診を利用して、3856人

の子どもたちについて、母乳哺育の有無とアトピー性皮膚炎発症の有無を尋ねました。この研究では、母乳哺育ではなかった子どもたちに比べて、母乳哺育だった子どもたちが3歳までにアトピー性皮膚炎に罹っていた確率は、1・16倍で、母乳哺育の有無とアトピー性皮膚炎との間に、統計学的に確かな関連は得られませんでした。

母乳哺育とアトピー性湿疹の関連を調べた日本の研究

Miyake Y, Yura A, Iki M. Breast-feeding and the prevalence of symptoms of allergic disorders in Japanese adolescents. Clin Exp Allergy 2003; 33: 312-6.

大阪府内のある市に通学するすべての中学生を対象として、その両親に母乳哺育の有無と過去1年間におけるアトピー性湿疹の有無を尋ねました。調査に応じた5614人のデータをまとめた結果、母乳哺育でなかった子どもたちに比べて、母乳哺育だった子どもたちがアトピー性湿疹に罹っていた確率は1・56倍となりました。とくに、両親にアレルギーの既往がない場合は、1・88倍と少し高めの結果がでました。

母乳哺育とアトピーの関連をどのように解釈するか

今回紹介した結果は、母乳哺育は「アトピーの原因となる」、「予防する」、「結論は出せない」と研究によって大きく異なりました。この違いをどのように解釈すればよいのでしょうか。

最初の研究の強みは、とてもていねいな調査方法を用いたことです。母乳哺育の有無はアトピーにかかる前に調査をしています。そして、アトピーの有無は、皮膚パッチテストという客観的かつ統一された検査によって判断しています。

一方、2つ目の研究は、世界中の研究成果を1つにまとめた結果です。したがって、この結果が偶然によるものとは考えにくく、その信頼度はかなり高いと考えてよいでしょう。しかし、アトピー性皮膚炎の調べ方については1つ目の研究ほど厳密には決められていません。たとえば、「母乳は人工乳よりも赤ちゃんの健康によい」と教えられ、母親がそう信じている場合、母乳哺育を行なった母親はそうでない母親よりも、アトピー性皮膚炎の発症を過小評価（実際には罹っているのに、罹っていないと答えること）すると考えられます。なぜなら、軽い皮膚炎が出た場合、人口乳哺育を行なった母親は、「人工乳で育てたから、それが原因で、ひょっとして……」と考え、病院に連れて行くかもしれません。反対に、母乳哺育を行なった母親は、「母乳で育てたのだから、強い子に育ってくれているだろう」と考え、病院に連れて行かずに自然治癒を待つかもしれません。病院に行かない限り、アトピーという診断はおりませんから、このような場合、観察される関連は、真の関連ではなく、母親の思い込みによる結果の歪みが混入することになります。これは日本の2つの研究でも問題です。それは、母乳哺育の有無とアトピー性皮膚炎の経験を同時に尋ねているからです。

◆アトピーの発症原因がわからない段階での結論づけは尚早

こうしてみると、1つ目の研究の結果が最も信頼できそうです。しかし、このひとつの研究だけを信じて、2つ目の研究で用いられた18の研究を無視してよいのかというと、それも無謀なことだと思います。また、欧米人の結果を採用して、日本人を調べた結果を無視してよいのかという問題も残ります。

ところで、1つ目の研究は13歳と21歳のときのアトピーを調べています。同じように4つ目の研究は、中学生のときのアトピーを調べています。一方、3つ目の研究は3歳までのアトピーについて尋ねています。2つ目の研究でも、おもに乳児と幼児のときのアトピーについて調べています。つまり、母乳哺育がアトピーに及ぼす影響はいつのアトピーなのかによって異なるかもしれないという考えも成り立ちます。

母乳哺育の有無は栄養のなかでは調べやすい要因ですが、アトピーの発症を正確に調べることが難しいために、この疑問には最終的な結論が与えられていない、ということのようです。子どもの健康な発育を願わない親はいません。「関連はない」という答えも含めて、本当のところを1日も早く知りたいものです。

※佐々木先生が発起人のひとりとなっているEBN研究会のホームページ
http://www.ebnutr.gr.jp

1924年創立
いつでもお出で下さい
学生寮完備
自分で見ればよくわかる
最新の教育
最新の設備
豊かな緑の
広大なキャンパス
高就職率
★栄養学科 ★栄養士科
学問と人格の
厚生大臣指定専門学校 佐伯栄養学校
TEL 03(3771)1426
〒143-0024 東京都大田区中央5-30 入学案内無料
JR・大森駅山王口下車バス④番白田坂下