

論文概要

私たちは、変形性膝関節症の変容可能なリスク要因について調べました。

村上コホート研究ベースライン調査参加者 (N=14,364, 40~74 歳) のうち、膝関節症または膝の慢性疼痛のない 11,091 人を解析対象としました。基本属性、体格、生活習慣についてはベースライン調査で収集したデータを利用しました。5 年間の追跡期間に新規に発生した膝関節症を村上保健所管内外の整形外科を有する医療機関より収集しました。この研究では、Kellgren-Lawrence グレード 2 以上を膝関節症の症例としました。グレード 2 以上の膝関節症は 429 例でした。

女性、加齢、肥満傾向は、膝関節症の強力なリスク要因であることがわかります (図 1)。

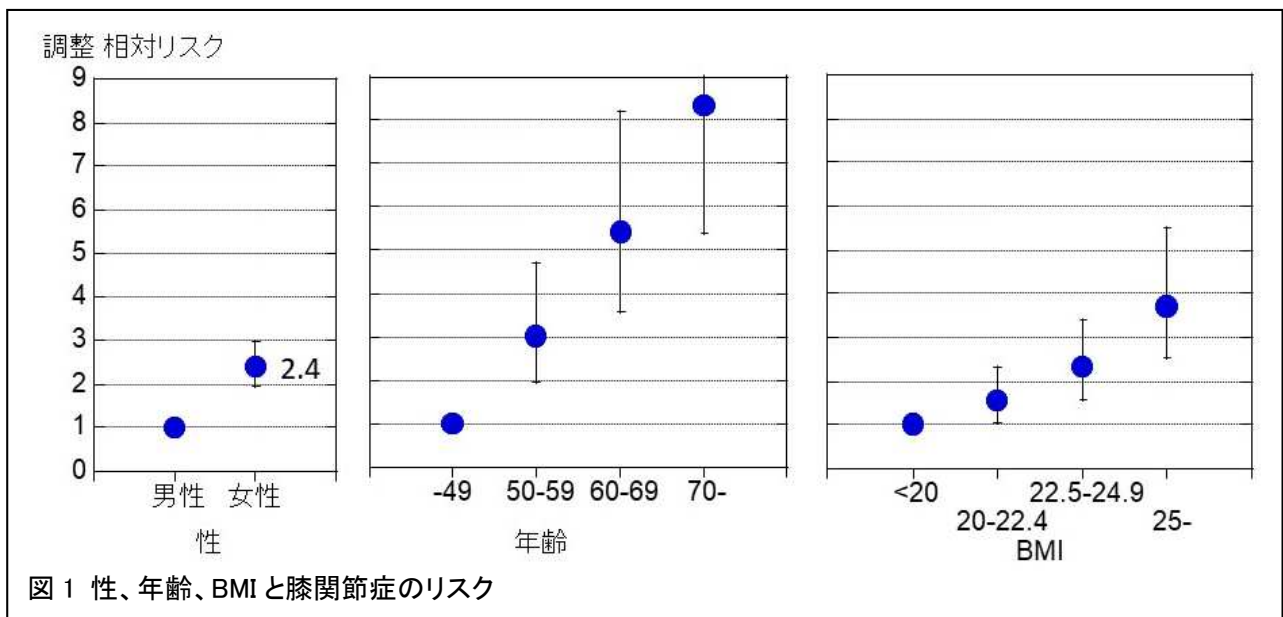


図 1 性、年齢、BMI と膝関節症のリスク

男性では、身体活動量が大きいと膝関節症の高リスクで、緑茶を飲む人ほど低リスクでした (図 2)。女性では、飲酒者が高リスクでしたが、緑茶の影響は見られませんでした。

緑茶に含まれるカテキンが脂肪組織由来の炎症性サイトカイン (IL-1 β , TNF- α) を低下させることにより酸化ストレスを抑制すると考えられます。女性で緑茶の影響が見られなかった理由は不明ですが、女性ホルモンが緑茶の作用に競合するためかもしれません。

膝関節症の 3 大リスク要因である、女性、加齢、過体重に加えて、生活習慣が関わっており、性差が見られました。緑茶の抗炎症作用については今後さらに研究されるものと期待されます。

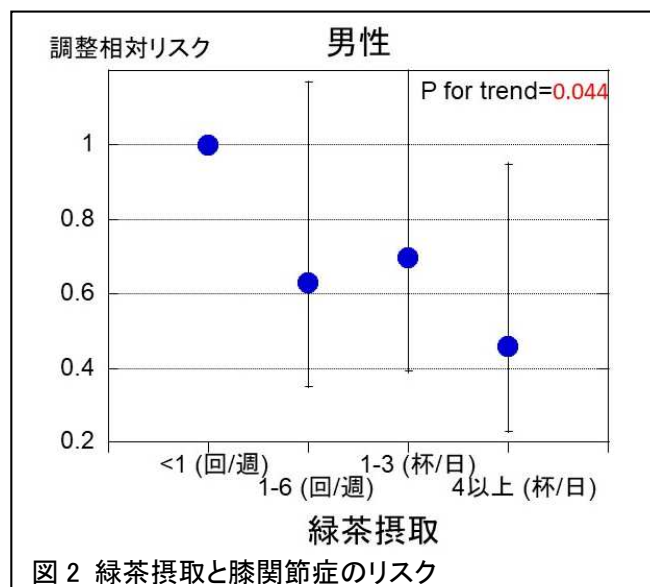


図 2 緑茶摂取と膝関節症のリスク