



★最新介護医療情報★



睡眠の質が食道がんリスクと関連？

(ケアネット / 2023.8.7 配信)



米国における食道腺がん(EAC)の罹患率は1960年代から増加しており、2007年には10万人年当たり0.41人から5.31人となったが、この要因は明らかになっていない。睡眠の質と食道がんの発症リスクとの関連について調べた、ワシントン大学セントルイス校のXiaoyan Wang氏らによる研究の結果がCancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention誌2023年8月1日号に掲載された。

研究者らは、英国バイオバンク(2006～16年)の参加者39万3,114例を対象に、睡眠行動(クロノタイプ、持続時間、昼寝、日中の眠気、いびき、不眠症)とEACおよび食道扁平上皮がん(ESCC)リスクとの関連性を前向きに評価した。

参加者は、1日当たり6時間未満または9時間超の睡眠、日中の昼寝、習慣的な日中の眠気などの不健康な行動の数によって、良い睡眠群(0)、中程度の睡眠群(1)、悪い睡眠群(2つ以上)に分類された。EACについては多遺伝子リスクスコアとの相互作用も調べた。Coxモデルを使用して、ハザード比(HR)と95%信頼区間(CI)を推定した。

主な結果は以下のとおり。

- 最長9.3年の追跡期間中に、294例のEACと95例のESCCが診断された。睡眠の質が悪いことを示す睡眠複合スコアが高いのは、男性、BMIが高い、喫煙者、胃食道逆流症(GERD)の既往がある人に多かった。
- 1日当たり9時間超の睡眠(HR: 2.05、95%CI: 1.18～3.57)、時々の日中の昼寝(HR: 1.36、95%CI: 1.06～1.75)は、EACリスクの増加と個別に関連していた。
- 良い睡眠群と比較して、中程度の睡眠群はEACリスクが47%(HR: 1.47、95%CI: 1.13～1.91)増加し、悪い睡眠群は同87%(HR: 1.87、95%CI: 1.24～2.82)増加した。
- 睡眠の質によるEACリスク上昇は、遺伝子リスクスコアの層別に見ても同様だった。
- 夕方のクロノタイプは、登録2年後のESCC診断のリスク上昇と関連していた(HR: 2.79、95%CI: 1.32～5.88)。

著者らは「不健康な睡眠行動は、遺伝的リスクとは関係なく、EACのリスク増加と関連していた。睡眠行動は、EACを予防するための修正可能な要素として機能する可能性がある」としている。

当院ご利用状況およびご案内

- 診療 9月より、**インフルエンザの予防接種**の受付(接種開始は10月中頃)を開始します。お気軽に当院受付(0742-32-0510)までお問い合わせください。
- 通所リハビリ 7月より、水曜および土曜日に新しい**理学療法士**が入職しました。体験は随時承っております。ご利用日に関しましてはご相談ください。
- 訪問リハビリ 9月より、新しく**作業療法士**が入職しました。ご利用者様で、作業療法士ご希望の方がおられましたら、お気軽に当院窓口(訪問・通所兼 0742-55-0784)までお問い合わせください。