年 令和 7 1 月 2 日(金)東奥 日報 2 面

「岩木 デー 大、大正製薬など 夕」分析

解析結果:インフルエンザにかかりやすい特徴的なタイフ

血糖が高め 肺炎の既往あり 多忙·睡眠不足

栄養不良

アレルギーあり











て、

スギや雑草などのアレルギ と個人差を可視化した。 などによる栄養不良の人、 めで、睡眠の質が良くない で睡眠不足の人、野菜不足 い人や、仕事や家事が多忙 倍に高まっていた。 炎の既往があり、血糖が高 高い傾向にあった。特に「肺 **延に関わる複雑な因果関係 △」は、そうでない人と比** 解析によると、血糖が高 がある人が発症リスクが 発症リスクが約3・6 でも当てはまる人は、手洗 学研究科付属健康·医療デ ループは「五つのうち一つ タサイエンス研究センタ)らを代表とする研究が 弘大の玉田嘉紀教授

解析し、 インフルエンザ発 以上の健康データを同時に トで集められた100項目 強調している。 は、一人一人の体調や体質に合わせた対応の重要性を したところ▽血糖が高め▽肺炎の罹患歴がある▽睡眠 不足▽栄養不良▽アレルギー体質―という五つのタイ 木健康増進プロジェクトのビッグデータを活用し分析 フの人が発症しやすいことが分かった。研究グループ 研究では、同プロジェク インフルエンザに「かかりやすい人」の傾向につい 弘前大と京都大、大正製薬の共同研究チームが岩 染症にかかりやすい」「睡 いた。しかし弘大が蓄積し った個別の知見は知られて 眠不足は免疫に悪い」とい かを体系的に示すことがで 数の要因がどのように影響 や生活習慣、既往歴など複 夕を活用することで、体質 てきた多項目のビッグデー し合って発症につながるの (菜谷賢)

体調、体質に合わせ対策を」 ている。 ら、岩木地区で毎年実施し 識してほしい」と呼びかけ タイプに合わせた対策を意 トは、弘大が2005年か の適切な管理など、自分の 岩木健康増進プロジェク

べ方、十分な睡眠、 、栄養バ 集めている。 の住民から、血液検査、生 ど3千項目以上を継続して 活習慣、既往歴、体組成な ている住民健診。千人以上 エンティフィック・リポー ヤー系の国際学術誌「サイ 研究成果は8月、ネイチ

ランスの改善、アレルギー ツ」に掲載された。

すい特徴的なタイプ(イラ スト・大正製薬提供) インフルエンザにかかりや

従来も「血糖が高いと感

血糖を急に上げない食 マスク、ワクチンに加