

弘大、大正製薬など「岩木データ」分析

インフル発症 5タイプ

解析結果：インフルエンザにかかりやすい特徴的なタイプ

血糖が高め

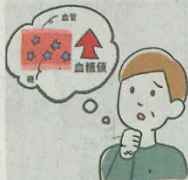
肺炎の既往あり

多忙・睡眠不足

栄養不良

アレルギーあり

インフルエンザにかかりやすい特徴的なタイプ(イラスト・大正製薬提供)



「体調、体質に合わせ対策を」

インフルエンザに「かかりやすい人」の傾向について、弘前大と京都大、大正製薬の共同研究チームが岩木健康増進プロジェクトのビッグデータを活用し分析したところ▽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プの人が発症しやすいことが分かった。研究グループは、一人一人の体調や体質に合わせた対応の重要性を強調している。

(菊谷賢)

研究では、同プロジェクトで集められた100項目以上の健康データを同時に解析し、インフルエンザ発症に関わる複雑な因果関係と個人差を可視化した。

解析によると、血糖が高い人や、仕事や家事が多忙で睡眠不足の人、野菜不足などによる栄養不良の人、スギや雑草などのアレルギーがある人が発症リスクが高い傾向にあった。特に「肺炎の既往があり、血糖が高めで、睡眠の質が良くない人」は、そうでない人と比べて、発症リスクが約3・6倍に高まっていた。

従来も「血糖が高いと感

え、血糖を急げない食

べ方、十分な睡眠、栄養バランスの改善、アレルギーの適切な管理など、自分のタイプに合わせた対策を意識してほしい」と呼びかけている。

岩木健康増進プロジェクトは、弘大が2005年から、岩木地区で毎年実施し

ている住民健診。千人以上の住民から、血液検査、生活習慣、既往歴、体組成など3千項目以上を継続して集めている。

研究成果は8月、ネイチャー系の国際学術誌「サイエンティフィック・リポート」に掲載された。