

|           |              |
|-----------|--------------|
| 氏 名       | 佐藤 利栄        |
| 学 位 の 種 類 | 博士（医学）       |
| 学 位 記 番 号 | 甲第561号       |
| 学位授与年月日   | 令和3年3月15日    |
| 審 査 委 員   | 主査 教授 長井 篤   |
|           | 副査 教授 岩下 義明  |
|           | 副査 准教授 遠藤 昭博 |

## 論文審査の結果の要旨

不眠は身体的および精神的疾患の発症に関与し、QOLの低下を引き起こす。飲酒は睡眠障害に関与することが広く知られる一方、不眠の対処法として用いられることも多い。「寝酒」・「迎え酒」は世界中に広くみられる文化であるが、不眠との関連性は明らかでない。本研究では、人間ドックを受診した農業従事者における「寝酒」・「迎え酒」と不眠の関連について検討した。対象は2017年6月から2018年3月までに担い手ドック健診を受診した島根県内の農業従事者のうち、有効な回答が得られた746人とした。不眠はアテネ不眠尺度を用いて判定した。寝酒、迎え酒はそれぞれ「眠りを助けるために飲むお酒」「神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために飲むお酒」と定義した。全体の23.3%が不眠を自覚し、過去1年間に18.8%が寝酒を、5.0%が迎え酒をしていた。飲酒量、飲酒頻度を調整後の不眠のオッズ比は、寝酒をしている者で2.00（95%信頼区間：1.27-3.16）、迎え酒をしている者で3.26（1.55-6.87）であった。寝酒、迎え酒ともにしていない者に比べ、寝酒のみをしている者、迎え酒のみしている者、寝酒・迎え酒ともにしている者の不眠のオッズ比はそれぞれ1.81（1.08-3.06）、4.09（1.14-14.7）、4.77（2.01-11.3）であった。寝酒が不眠に与える影響に性差は認めなかった。不眠との関連は寝酒より迎え酒が強かった。アルコール依存では不眠を始めとした睡眠障害を発症しやすいことが報告されており、常時飲酒が迎え酒として捉えられている可能性は否定できない。本研究は、寝酒および迎え酒が飲酒量および飲酒頻度に独立して不眠と関連することを示した初の報告である。本研究は日本人の健やかな睡眠を促進し、アルコール依存発症の抑制に寄与しうる基礎的研究であり、学位授与に値すると判断した。