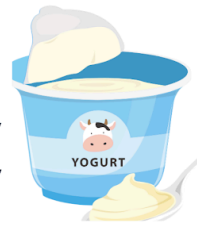


ヨーグルト摂取と中耳炎



はじめに

中耳炎は子どもに多い病気で、風邪などをきっかけになることが多いですが、繰り返したり、長引くことも多く普段からの予防も大切です。

予防としてプロバイオティクス(整腸剤など)の摂取も推奨されています。同じような成分である、ヨーグルトの習慣的摂取にはどの程度の予防効果があるのでしょうか？

研究の目的

乳幼児期の中耳炎罹患と、ヨーグルトの習慣的摂取頻度との関連を明らかにすること

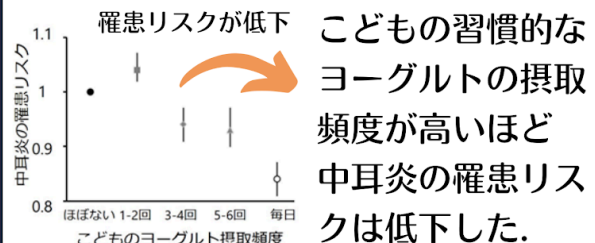


調査項目

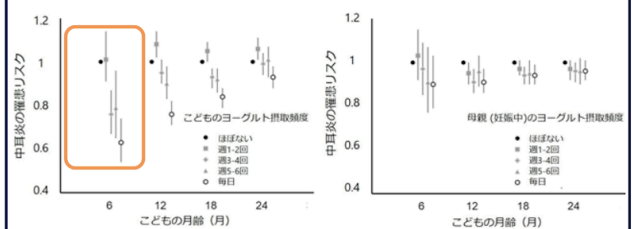
エコチル調査の質問票データを使用し、乳幼児期の中耳炎の罹患歴(6か月、1歳、1歳半、2歳時点)と母子それぞれのヨーグルト摂取頻度を調査しました。

摂取頻度：以下の5群に区分して解析
「ほとんどなし」「1-2回」「3-4回」「5-6回」「毎日」
調整因子：母親の出産年齢、妊娠期間
喫煙・飲酒歴、子どもの性別、授乳方法
同胞、先天的疾患、アレルギー疾患

ヨーグルトの摂取頻度と中耳炎



年齢別の中耳炎罹患率とヨーグルト摂取頻度



・母子それぞれのヨーグルト摂取頻度が高いほど、中耳炎の罹患リスクは減少しました。成長とともに効果は弱まりました。

・最も明らかな効果は生後6カ月時で摂取しない群と比較して、毎日ヨーグルトを摂取する子どもでは37%のリスク低下が確認されました。

今回の研究からわかったこと

習慣的なヨーグルト摂取は中耳とつながる咽頭(のど)の細菌の構成に影響を与え、中耳炎の発症予防に重要であることが示唆されました。

