vinetur

英国の研究、ビールと蒸留酒はワインより急性腎障害リスクが高いと指摘

英国の成人250,791人を14年間追跡した調査で、蒸留酒を最も多く飲む人は急性腎障害のリスクが25.5%高かった

2026年11月18日（水）



英国の成人25万人超を平均14年間追跡した大規模研究で、ビールや蒸留酒の摂取量が多いほど急性腎障害のリスクが高いことが分かった。アンリア・ラスキン大学の研究として、Scientific Reportsに掲載された。

研究では、UK Biobankに登録された現在飲酒している英国人250,791人を分析し、急性腎障害（AKI）の発症例を10,335件確認した。AKIは腎臓が突然正常に機能しなくなる重篤な疾患で、慢性腎臓病や腎不全につながるほか、早期死亡のリスクを高める可能性がある。

研究者らによると、蒸留酒とビールの摂取量が多いほどAKIのリスクが高かった。この関連は、肝疾患や幅広い健康・生活習慣上の要因を調整した後も認められた。今回の結果は、飲酒による腎障害は主に肝障害を介して生じるという考えに疑問を投げかけ、一部の酒類がより直接的に腎臓への害と関連する可能性を示唆している。ただし、この研究は因果関係を証明するものではない。

研究者らはビール、ワイン、蒸留酒の飲酒者をそれぞれ摂取量に応じて3群に分け、上位2群を最も少ない群と比較した。蒸留酒の飲酒者では、比較対象となる群の週平均摂取量は英国のアルコール単位で1.22単位だった。週平均2.69単位を飲む人はAKIを発症する可能性が8.1%高く、週平均8.73単位を摂取する人ではリスクが25.5%高かった。

ビールの飲酒者では、比較対象群の週平均摂取量は2.67単位だった。週6.81単位を飲む人のAKIリスクは5.7%高く、週平均23.6単位を飲む人では14.8%高かった。

赤ワインまたは白ワインの摂取量とAKIリスクとの間には、統計的に有意な関連は認められなかった。ただし、この研究で関連が確認されなかったからといって、ワインが腎臓を保護することを意味するわけではない。観察研究であるため、大規模集団における関連を示すことはできても、特定の種類の酒が腎障害を直接引き起こしたり予防したりすることを証明することはできない。

筆頭著者で、アンリア・ラスキン大学の心血管疫学准教授であるRudolph Schutteは、今回の結果は、アルコールが腎臓に直接影響する可能性を示唆したこれまでの実験室研究に、集団レベルの証拠を加えるものだと述べた。また、ビールと蒸留酒は炎症経路を通じて腎障害に寄与する可能性がデータから示されているものの、その仕組みを解明するにはさらなる研究が必要だとした。

今回の研究は、ワイン、ビール、蒸留酒で健康リスクの現れ方が異なる可能性を示す証拠が加わったことで、飲料業界の注目を集める可能性がある。また、特に消費者向けの情報発信や公の議論において、アルコールと健康について論じる際、観察研究で見られた関連と、因果関係が証明された結果とを区別するよう、生産者、小売業者、政策立案者への圧力が強まる可能性もある。

この研究では、UK Biobankに記録された自己申告の飲酒量を用い、参加者を約14年間追跡した。他の多くの要因を統計的に調整していても、この種の研究は、食事、所得、病歴、飲酒パターンの違いなど、十分に測定することが難しい要因の影響を受ける可能性がある。それでも、サンプル規模の大きさと長期にわたる追跡調査により、特定の種類のアルコールと急性腎障害との関連を検討した前向き研究の中でも、比較的大規模なものの一つとなっている。