

妊婦における自閉症傾向特性と栄養摂取との関連性について —子どもの健康と環境に関する全国調査—

廣川空美

自閉症傾向特性は、自閉スペクトラム症に行動や認知的特徴が似ていますが、自閉スペクトラム症とまで診断がつくほどではない特性を指し、母親の自閉症傾向によって、妊娠時の栄養摂取状況も異なる可能性があると考えられます。母親の妊娠中の栄養摂取状態は、子どもの身体的発達のみならず、精神的発達にも影響を及ぼしていると考えられます。

本研究では、エコチル調査で得られたデータから、92,011名の母親を対象に、自閉症傾向特性と妊娠中・後期の栄養摂取との関連を検証しました。その結果を専門誌(Journal of Autism and Developmental Disorders, 2020;50:2698-2709)に発表しました。

母親の自閉症傾向は、日本語版 Autism Spectrum Quotient (AQ-J-10)の合計得点を使用し、「0-1点」、「2点」、「3点」、「4-6点」、「7-10点」の5つのグループに分けて比較しました。妊娠中・後期の1日の食事・栄養素摂取量は、食事摂取頻度調査票(FFQ)を用いて推定しました。また、厚生労働省の「日本人の食事摂取基準(2015年版)」に基づき、栄養素の推定平均必要量(EAR)未滿を栄養素摂取不足と定義し、栄養素摂取不足と自閉症傾向得点との関連を調べました。

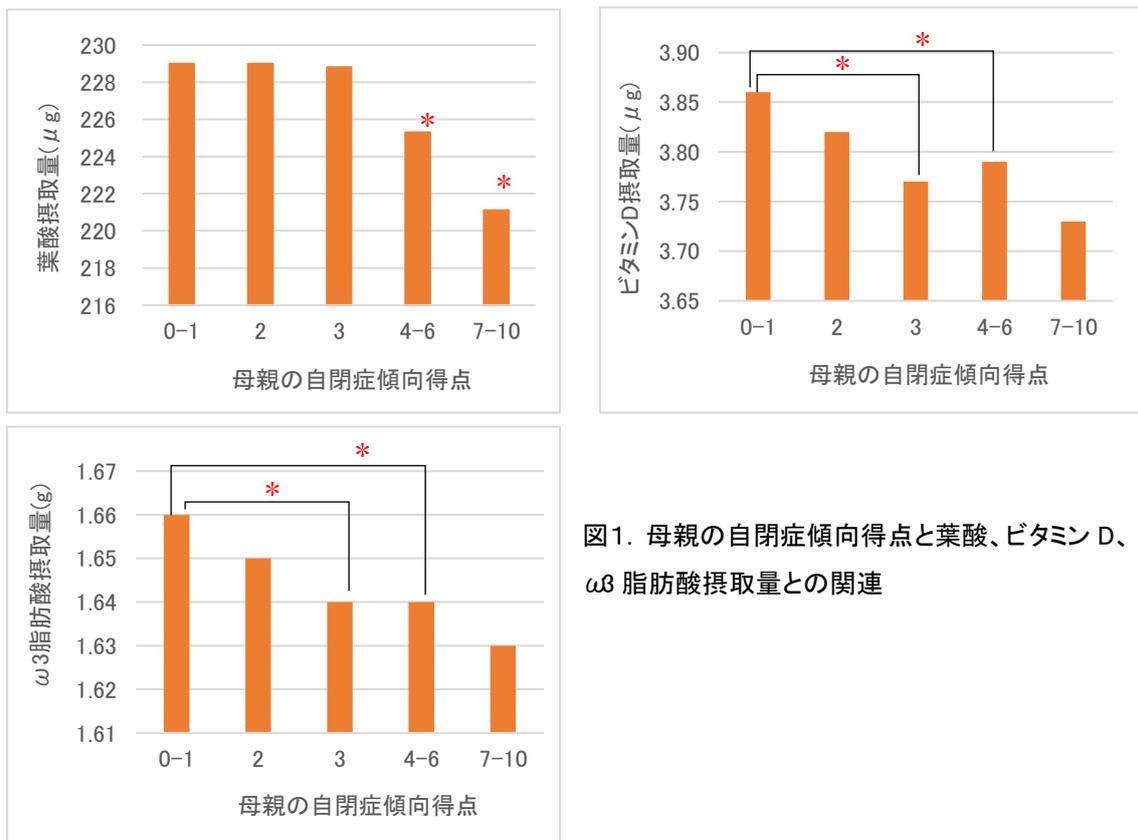


図1. 母親の自閉症傾向得点と葉酸、ビタミンD、 $\omega 3$ 脂肪酸摂取量との関連

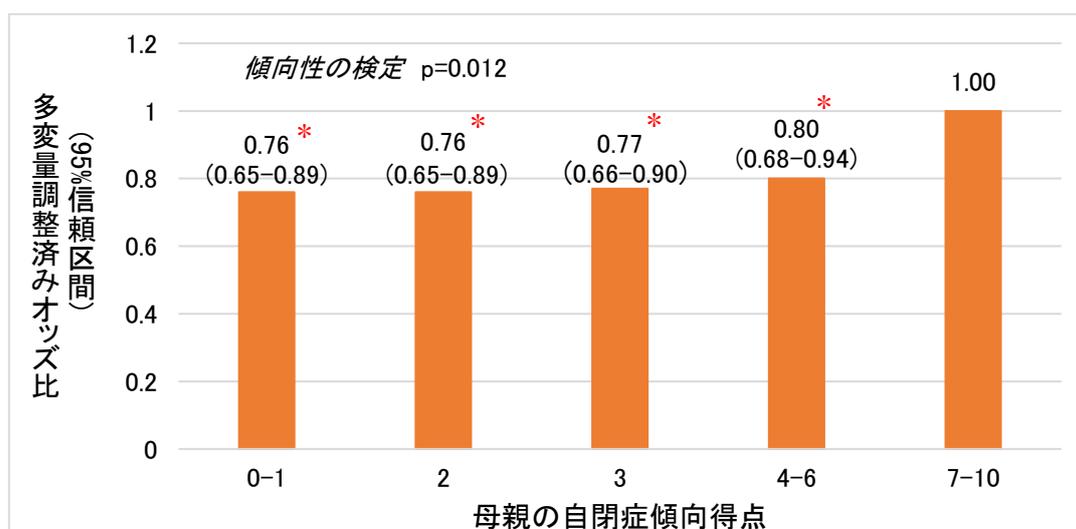


図 2. 母親の自閉症傾向得点と妊婦における葉酸摂取量不足との関連

本研究では、高得点グループ(特に 7-10 点グループ)では、低得点グループと比べ、緑黄色野菜やその他の野菜類、果物、魚介類、卵類の摂取量が有意に少なく、砂糖類の摂取量が有意に多い事が分かりました(図示せず)。また、葉酸、 $\omega 3$ 脂肪酸、ビタミン D は高得点グループで摂取量が少ない傾向がありました(図 1)。栄養素摂取不足については、葉酸の摂取量が不足している母親は、全体の 88.4%であり、鉄、ビタミン B 群、ビタミン C などの主要な栄養素のほとんどについても、60%以上の母親が摂取不足であることが分かりました(図示せず)。葉酸の摂取量不足について、7-10 点グループと比較して、6 点以下の低得点グループはいずれもオッズ比が有意に低く、自閉症傾向得点が高いほど、葉酸の摂取量不足のリスクが高くなることが示されました(図 2)。

自閉スペクトラム症と診断された子どもでは、食物摂取に偏りがあると報告されています。今回の結果から、大人でも、自閉症傾向が高い人は興味の範囲が狭い性格特性から、食べ物の選択肢も偏っていることが示されました。そのため、自閉症傾向のある母親には、妊娠の初期から早期の栄養指導などの支援が必要であると考えられます。