

健康文化

成人病とアレルギー疾患の接点

鳥居 新平

成人病とアレルギー疾患は一見全く異なった疾患に見えるが、近年増加傾向にある点では共通している。成人病の種類では心筋梗塞など閉塞性血管障害による死亡の増加が著しい。

アレルギー疾患では喘息、アトピー性皮膚炎、アレルギー性皮膚炎などの増加と難治化は成人病とならんで社会的問題にもなりつつある。

ここ10数年のアレルギー学の発達が目覚ましく、これらの疾患の病態についても着実にその解明が進められ、これに対応する治療法も相次いで開発されつつある現状からみるとこのような現象は理解に苦しむところである。

おそらく医療以前の日常生活環境の中に現在の進んだ医療を上回る憎悪因子があるものと思われる。

このような点では成人病と通ずるものがある。

これらの疾患はいわゆる文明病といわれる疾患群であり、文明の発達に伴う環境の変化などが大きな影響を及ぼしている。

そこで成人病とアレルギー疾患の発達要因の共通点を現代の食生活の中に求めてみたい。

私たちが注目したのは最近の食生活で摂取増加の一途を辿っている脂肪である。最近の報告では総摂取カロリーに対する脂肪の摂取率は理想的とされている25%を遥かにオーバーしてとくに若い世代では30%は越えているともいわれている。

なかでも脂肪の摂取傾向で目立つのは必須不飽和脂肪酸の摂取のアンバランスである。例えばリノール酸系列と α リノレン酸系列の不飽和脂肪酸摂取のバランスがリノール酸系列に偏っているという現状である。

成人病に関してはコレステロールが注目され、必須脂肪酸の一つであるリノール酸はその脱コレステロール作用による動脈硬化の予防効果が注目された。しかもリノール酸は発育にも必要であるし、この脂肪酸の欠損は皮膚病変をひきおこすことも知られていた。一方ではリノール酸は生体内でアラキドン酸に

変換され細胞膜の磷脂質の中に取り込まれることが知られている。

アレルギー反応やその他の刺激が加わるとホスホリパーゼA2によりアラキドン酸が切り離され、プロスタグランジン2系列、ロイコトリエン4系列など炎症惹起因子や血小板凝集因子であるトロンボキサンA2などが産生される。

このように確かにリノール酸-アラキドン酸系列の脂肪酸は抗コレステロール作用、その代謝産物は生体防衛反応に関与する炎症・血液凝固因子として重要な役割を演じているが、一方ではこれを制御する機構も重要である。これが正常に作動しなければ炎症は遷延化し、心筋梗塞など閉塞性血管障害の原因の一つになる。このようなアラキドン酸とその代謝産物はアレルギーでもその他の炎症反応でも注目されており、その代謝経路はエイコサノイドといわれている。

もう一つの必須多価不飽和脂肪酸である α -リノレン酸は生体内では主としてエイコサペンタエン酸(EPA)としてリン脂質中に蓄えられており、EPAはアラキドン酸と同様に各種の刺激によりエイコサノイドを産生する。その内容はプロスタグランジン3系列、ロイコトリエン5系列であり、これらのものの生物学的活性は極めて弱い。しかもこれらの代謝経路に働く酵素はアラキドン酸カスケードと同じものであるので、EPAカスケードの亢進はアラキドン酸カスケードを競合的に制御する効果が注目されている。

- { α -リノレン酸； シソ科の植物(シソの実, エゴマなど)に多い
市販の食用油としては「シソ油」(スギヤマ薬品製)}
- {EPA； 魚肉とくに背の青い魚, 中でも鰯(イワシ)に多く含まれる}

すでにEPAは閉塞性血管障害の治療薬(商品名エパデール)として一般臨床に用いられており、高脂血症に対する著明な効果も評価されつつある。

この際リノール酸、アラキドン酸系列の脂肪酸を控えるとより著明な効果がみられることも知られている。

- {リノール酸； サフラワー油(70-80%)
大豆油(60%)に含まれる
その他 ゴマ油, ナタネ油などにも含まれる}

- {獣肉の不飽和脂肪酸はアラキドン酸が多い}

一方欧米ではすでにEPA療法のアトピー性皮膚炎に対する効果が評価され、喘息に関しても期待すべき評価がなされており、私たちも動物実験でアレルギー疾患に有効であることを確かめているし、臨床的にもアトピー性皮膚炎で効果を認めている。アトピー性皮膚炎は、原因はまだわからないが増加しつつある現代病の一つである。

現代病といわれているこれらの疾患に対して本来食物として摂取すべき必須脂肪酸が薬剤として投与されねばならないということは全く皮肉な話である。

現代の食生活をふりかえてみると必須脂肪酸としては主としてリノール酸、アラキドン酸系列の不飽和脂肪酸を含む獣肉類と、ベニハナ油・大豆油を始めとするリノール酸を主成分とする食用油に偏っている。

現代増加しつつある代表的な成人病である心筋梗塞などの閉塞性血管障害と同じように増加の一途を辿っているアレルギー疾患との接点がこんなところにあったのである。

医食同源は東洋医学の基本である。これらの文明病と考えられる一連の疾患に対してはこのような立場からの東洋医学的アプローチが必要であるし、魚肉を多くとっていた和食の意義をもう一度みなおす必要があるのではないかと考えるこの頃である。

(名古屋大学医療技術短期大学部教授)