

報道関係各位

2019年12月11日

<ホルモンのせいとあきらめないで…妊娠期の便秘に新しい知見>

妊娠初期の便秘と腸内フローラとの関連性調査に検査協力

《第34回日本女性医学学会》で発表されました

病気になる前の未病段階に特化した郵送検査キットの研究・開発・販売を行う名古屋大学発ベンチャー 株式会社ヘルスケアシステムズ（本社：愛知県名古屋市千種区、代表取締役：瀧本陽介（<https://hc-sys.com/>））は、よしかた産婦人科（神奈川県横浜市港北区）・新潟医療福祉大学（新潟県新潟市北区）・株式会社ナチュラルサイエンス（東京都江東区）による「妊娠初期の便秘の実態と腸内細菌叢及び食習慣との関連性調査」において検査協力をいたしました。

妊娠女性が抱える便秘の課題

妊娠初期は、黄体ホルモンの影響で便秘になりやすいとされていますが、その実態についてはこれまで明らかになっていませんでした。以前に妊娠初期は非妊娠時と比べて腸内細菌叢（腸内フローラ）に変化が見られたことを報告（2019年4月 第71回日本産婦人科学会）しましたが、便秘との関連性は不明でした。

そこで、今回は妊娠初期の便秘の実態と、腸内細菌叢及び食習慣との関連性について検討しました。

▼本研究の調査方法

妊娠12週未満の妊婦46名を対象に、腸内細菌検査・食事・排便状況アンケートを実施し、便秘症状のある人とならない人の比較、および妊娠女性と非妊娠女性の比較を行いました。

ホルモンのせいとあきらめない…食習慣で便秘改善の可能性

便秘を感じていない妊娠女性の腸内細菌叢は、非妊娠女性と比較して有意な差がありませんでしたが、便秘を感じている妊娠女性は、ビフィドバクテリウム属（*1）が増え、プレボテラ属（*2）は減少していました。

ビフィドバクテリウム属が高かったことについては、便秘解消のために乳製品やビフィズス菌製剤を摂っていた可能性もあり、今後さらなる検討が必要です。一方で、妊娠初期にプレボテラ属が減少しない妊婦は、便秘になりにくい可能性があることが示されました。

また、今回の調査において、便秘を感じている妊娠女性は魚介類の摂取が有意に低いという結果になりました。腸内フローラの変化だけでなく食習慣も影響していると言えそうです。このことから、**妊娠期の便秘には、妊娠初期の腸内細菌叢の変化が影響している可能性がある**ことが明らかになりました。さらに、妊娠期の食習慣も便秘に影響しそうであることから、妊娠期の便秘に対する新たな対策へと期待が持たれます。

報道関係各位

2019年12月11日

この成果は、株式会社ナチュラルサイエンス様より、第34回日本女性医学学会（2019年11月）において発表されました。

今回の調査を含む、妊娠中の腸内フローラについての本研究は、現在も継続して行われています。

本研究を通して、妊娠期の女性の健康支援および悩みの解決に貢献できるものと考えます。

(*1) ビフィドバクテリウム属 (Bifidobacterium)

いわゆる善玉菌。乳酸と酢酸を産生し、整腸作用がある。アレルギー症状を緩和するといわれる。

(*2) プレボテラ属 (Prevotella)

血糖値の上昇を緩やかにすると言われている。食物繊維の分解を行っており炭水化物や野菜の摂取量が多く、動物性タンパク質の摂取が少ない方の腸内で多い。

■研究団体

よしかた産婦人科、株式会社ナチュラルサイエンス、新潟医療福祉大学健康科学部健康栄養学科、株式会社ヘルスケアシステムズ

株式会社ヘルスケアシステムズ

設立：2009年3月

本社：〒464-0858 愛知県名古屋市千種区千種 2-22-8 名古屋医工連携インキュベーター105

東京オフィス：〒105-0004 東京都港区新橋 4-6-15 日新建物新橋ビル 7F

業務：郵送検査事業、バイオマーカーの研究開発、機能性食品の臨床試験・受託研究、健康経営支援

URL: <http://hc-sys.jp> <https://karadacheck.com>

問い合わせ：株式会社ヘルスケアシステムズ 広報：高実子（たかじつこ） pr@hc-sys.jp