



## 98%の日本人が「ビタミンD不足」に該当 国内初の基準値を公表、植物由来のビタミンDはほぼ検出されず

東京慈恵会医科大学 臨床検査医学講座 越智小枝教授・整形外科科学講座 斎藤 充教授らは、島津製作所と新開発の液体クロマトグラフィー・質量分析法（LC-MS/MS）システムを使用して、2019年4月から2020年3月までの期間に東京都内で健康診断を受けた5,518人を対象に調査を実施し、98%がビタミンD不足に該当していたことを明らかにしました。

ビタミンDは骨粗しょう症だけでなく感染症や心血管疾患や神経筋疾患、自己免疫疾患発症にも関連すると言われており、COVID-19の重症化因子としても注目される重要な栄養素です。世界的にもビタミンD不足・充足状態に対する関心が高まる一方で、この栄養素は必要基準範囲が完全に確立されていないことが課題となっていました。

本研究の成果は4月23日に The Journal of Nutrition 誌 Volume 153, Issue 4, p1253 に掲載されました。

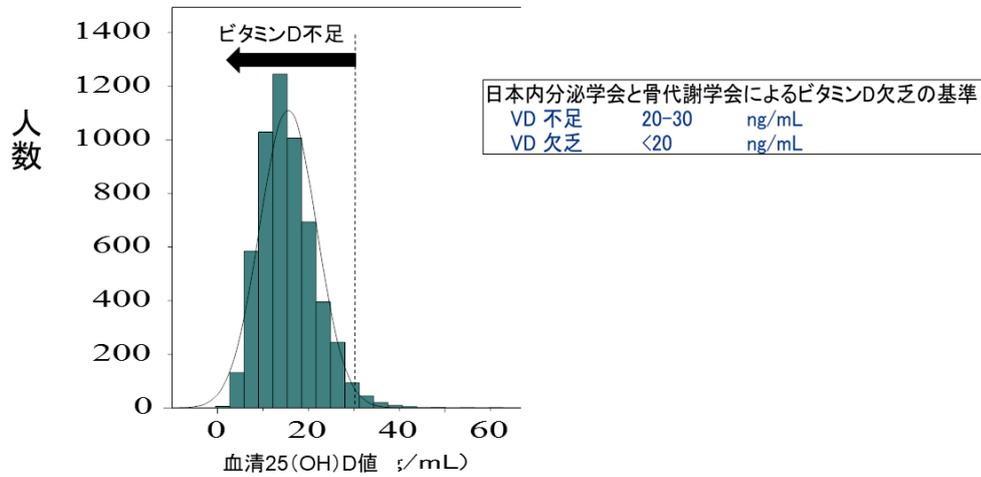
ポイント：

- 新開発、完全自動化の液体クロマトグラフィー・質量分析法（LC-MS/MS）システムを使用し、日本で初めて血清中 25-ヒドロキシビタミンD（25(OH)D）の基準濃度を計算しました。
- 算出した結果は、男性 7-30 ng/mL、女性 5-27 ng/mL（全体 6-29 ng/mL）と、健常人の98%が日本代謝内分泌学会・日本整形外科学会が提唱するビタミンD基準濃度（<30 ng/mL）に達していないことが判明しました。
- 測定されたビタミンDのほとんどが動物あるいは日光由来のビタミンD3であり、シイタケなどの植物由来のビタミンD2はほぼ検出されませんでした。また、年齢が低いほどビタミンD不足の割合が高くなりました。

今回の研究結果から、日本人の食生活の変化によって、現代社会では特に植物由来のビタミンDが摂取されなくなったことが推察されます。

今後の超高齢化社会へ向け、骨粗しょう症・骨折の予防につながるビタミンDの摂取はますます重要となっています。ビタミンDが不足している現状への早急な介入と共に、ビタミンD不足を引き起こすその他の原因についても解析が必要です。

## 健診センター受診者の血清25(OH)D測定 (N=5518)



Miyamoto H, et al. J Nutrition 2023; S0022-3166(23)05587-6.

図 : 血清中のビタミンD量毎の人数

メンバー :

- ・東京慈恵会医科大学 臨床検査医学講座 教授 越智小枝
- ・東京慈恵会医科大学附属 新橋健診センター 教授 加藤智弘
- ・東京慈恵会医科大学附属 新橋健診センター 准教授 伊藤恭子
- ・東京慈恵会医科大学 整形外科学講座 教授 斎藤 充
- ・東京農業大学 国際食料情報学部 教授 古庄 律
- ・島津製作所 川上大輔、花房信博

【本研究内容についてのお問い合わせ先】

東京慈恵会医科大学 臨床検査医学講座 教授 越智小枝 電話 03-3433-1111 (代)

【報道機関からのお問い合わせ窓口】

学校法人慈恵大学 経営企画部 広報課 電話 03-5400-1280 メール koho@jikei.ac.jp

以上