

禁煙および禁煙後の体重増加は心臓血管病に悪い影響を

与えない

禁煙により心臓血管病のリスクは減少するが、禁煙後の体重増加によりその効果は減るかもしれない。そこで、糖尿病のない成人と糖尿病のある成人を対象に、禁煙後の体重増加が禁煙による効果を減ずるかどうかを検証した。

1984年から2011年までに集められた前向きコホート研究のデータを用いた。4年ごとの調査で、喫煙状況を自己申告し、喫煙者、短期禁煙者（4年以下）、長期禁煙者（>4年）、非喫煙者に分けられた。禁煙と6年間での心血管イベントの発症の関係、また、禁煙後4年間の体重変化が禁煙と心血管イベントの関係に影響を与えたかについて、統計学的に評価した。

結果指標には、6年間での全ての心血管疾患イベント（虚血性心疾患、脳血管イベント、末梢動脈疾患とうっ血心不全）の発生率を用いた。

その結果、平均25年の追跡期間中、631件の心血管イベントが3251人の被験者にみられた。4年間での体重増加の中央値は、短期禁煙者で高く、糖尿病のない者で2.7kg、糖尿病のある者で3.6kgであり、一方、長期禁煙者ではそれぞれ0.9kg、0.0kgであった。心血管イベントの発生率は、糖尿病のない場合、喫煙者で100人中5.9人、短期禁煙者で100人中3.2人、長期禁煙者で100人中3.1人、非喫煙者で100人中2.4人であった。喫煙者と比較して、短期禁煙者のハザード比は0.47、長期禁煙者のハザード比は0.46であった。体重増加について補正しても、その値に大差はなかった。糖尿病のある者では、統計学的有意差はみられなかった。

この研究により、糖尿病のない患者においては、禁煙は心臓血管病のリスクを低下させることと関連があり、また禁煙後の体重増加がこの関連を弱めることはなかった。

（出典：Journal of American Medical Association 2013; 309: 1014-1021）