

2 型糖尿病患者の体重減少のための生活様式への介入では 心臓血管に対する効果はなし

2 型糖尿病をもつ太りすぎまたは肥満症患者には、短期的研究に基づき、体重を落とすことが推奨されているが、心臓血管に対する長期的効果については知られていない。そこで、このような患者が体重を落とすための、生活様式への集中的介入が心臓血管病の罹患率や死亡率を低下するのかを検討した。

アメリカ合衆国の 2 型糖尿病をもつ太りすぎまたは肥満症の患者 5,145 人について、体重減少のための生活様式への集中的介入、すなわち摂取カロリー制限と運動（介入群）または糖尿病支援と教育（対照群）に無作為に割りつけた。最長 13.5 年の追跡期間中に、心臓血管病による死亡、心筋梗塞、脳卒中、狭心症による入院などのイベントが起こるかを調べた。

結果として、追跡期間の中央値 9.6 年の時点で、それ以降の分析は無益だと判断され試験を打ち切った。体重減少は全期間を通して介入群がより大きかった（1 年後：介入群 8.6% vs 対照群 0.7%；試験終了時 6.0% vs 3.5%）。生活様式への集中的介入により、糖化ヘモグロビン値が大きく減少し、体調や心臓血管病リスク因子は大いに改善したが、LDL コレステロール値には改善がみられなかった。イベント発症は介入群で 403 人、対照群で 418 人にみられた（介入群の危険率 0.95、有意差なし）。

したがって、2 型糖尿病をもつ太りすぎおよび肥満症の成人に対し、体重減少に焦点をあてた生活様式への集中的介入を行っても心臓血管病イベントの発症率を減らすことはなかった。

出典：New England Journal of Medicine. 2013; 369: 145-54