

ナトリウム摂取量と血圧の関連は非線形で  
ナトリウム高摂取者、高血圧患者、高齢者で強い

ナトリウム摂取量と血圧の上昇は関連するといわれている。しかし、この関連性がナトリウムやカリウムの摂取量や集団によって違ってくるのかは不明である。

そこで本研究では、18カ国 102,216人を対象に、ナトリウムおよびカリウム摂取量と血圧値との関連を検討した。ナトリウムおよびカリウム摂取量の代替指標として、早朝の空腹時尿検査値により24時間尿中排泄量を推定した。回帰分析の結果、ナトリウム排泄量が1g/日増加するごとに収縮期血圧 2.11mmHg、拡張期血圧 0.78mmHgの上昇がみられた。この関連は非線形で、ナトリウムの高摂取群で強く認められたものの、低摂取群では有意ではなかった。また、高血圧患者群では、非高血圧患者群に比べてナトリウム排泄量が1g/日増加するごとの収縮期血圧の上昇の度合いがより高かった

(2.49mmHg 対 1.30mmHg、 $P<0.001$ )。同様に、加齢によってもナトリウム排泄量と収縮期血圧の上昇との関連は強まった(56歳以上で 2.97mmHg、45~55歳で 2.43mmHg、45歳未満で 1.96mmHg、 $P<0.001$ )。一方、カリウム摂取量と収縮期血圧の間には負の関連が認められ、この関連は高血圧患者群と高齢者群で強かった(ともに  $P<0.001$ )。

以上より、ナトリウム摂取量と血圧との強い関連が高ナトリウム摂取者では認められたが、低摂取群では有意な関連が認められず、両者の関連は非線形であることが示された。また、高血圧患者、高齢者においても強い関連が認められた。

出典：New England Journal of Medicine. 2014; 371(7): 601-611