

運動により閉経後女性の心房細動リスクが低下

心房細動は脳卒中や死亡と関連しており、肥満は心房細動の独立したリスク因子であるが、その修飾因子についてはわかっていない。そこで本研究では、肥満、運動およびこれらの相互作用が心房細動の発症のリスクに及ぼす影響について検討した。

米国の閉経後女性 93,676 例を対象に、平均 11.5 年追跡した前向き観察研究のデータを用いた。このうち、試験開始時の心房細動、データの欠損、低BMIを除いた 81,317 例が分析の対象となり、平均年齢は 63.4 歳、アフリカ系アメリカ人が 7.8%、ヒスパニック系アメリカ人が 3.6%であった。心房細動を発症したのは 9,792 例であった。心房細動発症のリスクはBMIの増加と関連し、BMIが 5kg/m^2 増加するごとの心房細動発症のハザード比は 1.12 であった。また運動の増加により心房細動発症リスクは低下し、運動強度指数 9 以上の群では同指数 0 の群と比べ心房細動発症のハザード比は 0.90 となった。肥満による心房細動発症リスクは、運動強度が高いほど低下した（相互作用の $P=0.033$ ）。

したがって、閉経後女性においては、運動の増加は心房細動発症のリスク低下と関連し、肥満がある場合には運動によるリスク低下はより大きくなることが示された。

出典：Journal of the American Heart Association.

Published online Aug 20,2014; 3(4). pii: e001127