

トランス脂肪酸摂取が冠動脈性疾患と関連

飽和脂肪酸とトランス不飽和脂肪酸の摂取と全死因死亡、心臓血管病（発生および死亡）、冠動脈性疾患（発生および死亡）、虚血性脳卒中、2型糖尿病との関連を調べるため、系統的レビューとメタ分析を行った。

発行開始から2015年5月までのMedline、Embaseなど5つの医学文献データベースを用いて検索した。飽和脂肪酸について適格基準を満たした前向きコホート試験は3件（心臓血管病死に関連するもの）~12件（冠動脈性疾患および脳卒中に関連するもの）、比較試験は5件（心臓血管病死に関連するもの）~17件（冠動脈性疾患に関連するもの）にわたっていた。分析の結果、飽和脂肪酸摂取と全死因死亡（相対リスク0.99）、心臓血管病死（同0.97）、総冠動脈性疾患（同1.06）、虚血性脳卒中（同1.02）、2型糖尿病（同0.95）との関連は認められなかった。冠動脈性疾患死との関連は、説得力がないとはいえない程度のものであった（同1.15； $p=0.10$ ）。トランス脂肪酸について適格基準を満たした前向きコホート試験は1件（反すう動物由来トランス脂肪酸と全死因死亡に関連するもの）~6件（すべてのトランス脂肪酸と2型糖尿病に関連するもの）、比較試験は2~7件であった。なお、工業型トランス脂肪酸と虚血性脳卒中・2型糖尿病との関連、反すう動物由来トランス脂肪酸と虚血性脳卒中との関連については、適格基準を満たす試験がなかった。分析の結果、すべてのトランス脂肪酸摂取と全死因死亡（相対リスク1.34； $p<0.001$ ）冠動脈性疾患死（同1.28； $p=0.003$ ）、総冠動脈性疾患（同1.21； $p<0.001$ ）、との関連が認められたが、虚血性脳卒中（同1.07）、2型糖尿病（同1.10）との関連は認められなかった。また、冠動脈性疾患死および冠動脈性疾患については、工業型トランス脂肪酸との関連は認められたが反すう動物由来トランス脂肪酸との関連は認められなかった（それぞれ1.18対1.01、1.42対0.93）。エビデンスの質および結論の確実性を評価するため、GRADEアプローチを用いたところ、飽和脂肪酸とすべての転帰との関連の確実性は「非常に低い」であり、トランス脂肪酸と冠動脈性疾患の関連の確実性は「中程度」であり、その他の関連については「非常に低い」または「低い」ものであった。

したがって、飽和脂肪酸の摂取と全死因死亡、心臓血管病、冠動脈性疾患、虚血性脳卒中、2型糖尿病との関連は認められなかったが、そのエビデンスには方法論的な限界がみられた。トランス脂肪酸の摂取と全死因死亡、冠動脈性疾患の発生や死亡に関連が認められたが、それは工業型トランス脂肪酸の摂取が反すう動物由来トランス脂肪酸の摂取よりも多いためであることが示唆された。

出典：British Medical Journal(Clinical research ed.). 2015; 351: h3978