

高用量ビタミン D により高齢者の転倒が増加

ビタミン D 不足が身体活動の低下と関連することが指摘されている。本研究では、高用量ビタミンが身体機能低下のリスクを減少させるのに効果があるかについて検討した。

スイスにおいて、転倒歴のある 70 歳以上の男女 200 例（平均年齢 78 歳、女性 67%）を対象に、1 年間の二重盲検ランダム化比較試験を実施し、高用量ビタミン D による下肢機能の改善と転倒の発生率への影響を調べた。被験者を、1 ヶ月 1 回、ビタミン D₃ を 24,000IU 投与する群（対照群）、ビタミン D₃ を 60,000IU 投与する群、ビタミン D₃ を 24,000IU+カルシフェジオール 300 μ g 投与する群の 3 群にランダムに割り付け 1 年間投与した。なお、登録時に被験者の 58%はビタミン D 欠乏症（20ng/mL 未満）であった。投与開始から 1 年後、対照群と比べて高用量投与の 2 群では、血清 25-ヒドロキシビタミン D 値 30ng/mL 以上の達成率が有意に高かった（P=0.001）が、下肢機能の改善効果は 3 群間で差はみられなかった（P=0.26）。1 年間の転倒発生率については、対照群が 47.9%であったのに対し、60,000IU 群と 24,000IU+カルシフェジオール群ではそれぞれ 66.9%、66.1%と有意に高かった（P=0.048）。

したがって、高齢者への高用量ビタミン D の投与は、ビタミン D 欠乏症を改善する効果はあるものの、有意な下肢機能改善効果は認められず、転倒のリスクも高まることが示唆された。

出典：Journal of American Medical Association. 2016; 176(2): 175-183