

## 食塩の摂りすぎで心臓血管イベントリスクが増大するのは高血圧の人のみ

これまでにいくつかの研究により、尿中ナトリウム排泄量と心臓血管イベント発生率・死亡率との間には U 字型相関関係があることが示されている。しかしながら、この関係が高血圧の有無によって変わるのかは不明である。そこで本研究では、食塩の摂取と心臓血管イベント発生率および死亡率との関係が高血圧の有無によって違ってくるのかについて検討した。

4 つの大規模な前向き研究のデータをプール解析し、49 カ国からの 133,118 例（高血圧 63,559 例、非高血圧 69,559 例）が対象となった。24 時間尿中ナトリウム排泄量を推算してグループ分けし、追跡期間中央値 4.2 年の心臓血管イベントおよび死亡と血圧との関連を評価した。結果、食塩の摂取量と収縮期血圧上昇との関連は、高血圧の人のほうが（食塩摂取 1g 増すごとに 2.08mmHg 上昇）、非高血圧の人（食塩摂取 1g 増すごとに 1.22mmHg 上昇）よりも強かった（相互作用の  $p < 0.0001$ ）。高血圧の人では、食塩摂取量最大群（7.0g/日以上）および最小群（3.0g/日未満）の両群が参照値群（4～5g/日；高血圧群の 25%）と比べて、ともにイベント発生リスクが有意に高かった（ハザード比はそれぞれ 1.23( $p < 0.0001$ )、1.34( $p < 0.0001$ )）。非高血圧の人では、参照値群（4～5g/日；非高血圧群の 27%）と比べて、食塩摂取最大群（7.0g/日以上）におけるイベント発生リスクとの関連はみられなかった（ハザード比 0.90、 $p = 0.2547$ ）。一方、食塩摂取最小群（3.0g/日未満）ではイベント発生リスクが有意に高かった（ハザード比 1.26、 $p = 0.0009$ ）。

したがって、高血圧の人においてのみ、食塩摂取量が多い人は適量摂取の人と比べて心臓血管イベント・死亡リスクが増大することが示され、正常血圧の人ではそうした関連は認められなかった。また、食塩の摂取量が少ないと、高血圧の有無に関わらず、心臓血管イベント・死亡リスクが増大することも明らかとなった。これらのデータから、減塩は、食塩摂取量が多い高血圧の人が最適なターゲットになることが示唆された。

出典：Lancet. Published online May 20, 2016; pii: S0140-6736(16)30467-6