

## 高カロリー食で心臓血管死亡率が上昇—日本の研究から

動物においてはエネルギー制限食により寿命が延びることが報告されてきたが、ヒトにおいては、西洋人を対象としたコホート研究が実施されているが、低エネルギー食による寿命延長効果は示されていない。本研究では、西洋人とは食習慣の異なる日本人を対象に、総エネルギー摂取量と寿命との関連について検討した。

1980年から2009年まで追跡した調査 NIPPON DATA 80 から 30~69歳の日本人 7,704例を対象とし、国民栄養調査から得られたデータをもとに総エネルギー摂取量で五分位に分け、29年間の死亡率を比較検討した。その結果、摂取エネルギーの高さと総死亡率の有意な関連が男性においてのみ認められた。また、最低五分位と比べ、最高五分位では男女ともに心臓血管死亡率が上昇し（男性のハザード比 2.63、傾向の  $P=0.016$ 、女性のハザード比 2.91、傾向の  $P=0.032$ ）、男性ではがん死亡率も上昇した（ハザード比 1.50、傾向の  $P=0.038$ ）。

したがって、エネルギー摂取量が多いと男性においては総死亡率やがん死亡率が上昇し、心臓血管死亡率は男女ともに上昇することが示された。カロリー制限の便益については、さらなる研究が求められる。

出典：Journal of Atherosclerosis and Thrombosis. 2016; 23(3): 339-354