

栄養不足の人がマルチビタミンを摂取しても心臓血管病のリスクは低減せず

以前に実施された米国の医師健康調査Ⅱ（1997～2011年）において、長期にわたるマルチビタミンの摂取によって心臓血管病のリスクに対しては何ら便益をもたらさないことが示されている。今回の研究では、試験開始時の栄養状態を調整し、マルチビタミンによる心臓への健康効果について検証した。

解析の対象となったのは米国の50歳以上の男性医師13,316人（平均年齢64歳）で、マルチビタミンまたはプラセボを摂取する群に無作為に割り付けられた。平均追跡期間は11.4年であった。食生活や試験開始時のサプリメント摂取などについて調整して解析したところ、どのような栄養状態であっても、マルチビタミンの摂取によって心臓血管病のリスクは低減しなかった。

したがって、栄養状態が良くない人のほうが、長期にわたってマルチビタミンを摂取したときに受ける恩恵は大きいと考えられがちであるが、心臓血管の健康においてはそのエビデンスは認められなかった。さらなる臨床試験で、始めの栄養状態や心臓血管病だけでなく、その他の健康面へのマルチビタミンの長期的効果を検討する必要がある。

出典：Journal of American Medical Association. Cardiology. Published online Apr 5, 2017; doi: 10.1001/jamacardio.2017.0176