

ω-3 脂肪酸のサプリで心臓血管病の予防効果は期待できず

現行のガイドラインにおいて、心臓病の既往がある人には心臓血管病の予防のために魚油由来の ω-3 脂肪酸サプリメントの使用を推奨しているが、これまでの大規模研究では対立する結果が示されている。本研究では、ω-3 脂肪酸サプリと心臓血管病の発症リスクとの関連についてメタ解析を実施し検討した。

ω-3 脂肪酸サプリの使用と致死性および非致死性の心臓血管病の発症リスクについて検討したランダム化比較試験 10 件の被験者 77,917 例（平均年齢 64.0 歳）が対象となった。平均 4.4 年の追跡期間中に、2,695 例が心筋梗塞などの冠動脈疾患で死亡し、2,276 例が非致死性の心筋梗塞を発症した。また、12,001 例に重大な心臓血管イベントが発生した。ω-3 脂肪酸サプリ使用群では、プラセボ群と比べ冠動脈疾患による死亡リスクも非致死性心筋梗塞リスクや重大な心臓血管イベントについても、有意な低下がみられなかった（ハザード比はそれぞれ 0.93 [P=0.05]、0.97 [P=0.43]、0.97 [P=0.10]）。今回の結果から、心臓血管病の既往がある高リスクの人が ω-3 脂肪酸サプリを使用しても、心臓血管病の発症や心臓血管病死、重大な心臓血管病を予防する効果は期待できないことが示唆された。

出典：Journal of American Medical Association cardiology. 2018 Jan 31;

doi: 10.1001/jamacardio.2017.5205.