

## 飲食店や職場の全面禁煙により血圧が低下する

レストランやバー、職場を全面禁煙にするスモークフリー政策が、受動喫煙の減少や心臓血管病の発症率低下につながることは知られているが、血圧の低下と関連するかについては不明である。そこで本研究では、スモークフリー政策と血圧低下の関連について検討した。

米国の CARDIA 研究に登録された者のうち、追跡開始後、喫煙していないと報告し、血圧を測定している 2,606 例が対象となった。1995～2011 年のデータを、居住地域に基づき飲食店や職場のスモークフリー政策の実施状況とリンクさせた。解析の結果、スモークフリー政策としてレストランの全面禁煙が導入された地域の居住者では、そうでない地域の居住者と比べ、収縮期血圧値が 1.14mmHg 低かった。バーの全面禁煙が導入された地域では、そうでない地域と比べて 1.52mmHg 低く、職場の全面禁煙においても同様に、導入された地域では、導入されていない地域と比べ 1.41mmHg 低かった。また、個人における経時的な収縮期血圧の変化をみると、レストランの全面禁煙が導入されていない地域に住んでいた期間に比べ、導入されている地域に住んでいた期間には 0.85mmHg 低下した。同様に、バーの全面禁煙が導入されていない地域に住んでいた期間と比べ、導入された地域に住んでいた期間では 1.08mmHg 低下した。

したがって、個人レベルでは弱い関連性ではあるものの、スモークフリー政策により受動喫煙が減少し、収縮期血圧値が低下することが示唆された。

出典：Journal of the American Heart Association. 2018; 7: e009829.