

## 心臓血管の健康度を高く維持することが その後の心臓血管病の発症を抑えるために最善とはならず

心臓血管の健康状態が理想的であることと心臓血管病の発症率の低下との関連については一貫したエビデンスがあるものの、ほとんどの試験は、心臓血管の健康を単回評価したものであった。本研究では、心臓血管の健康が時間とともにどのように変化したかを調べ、その変化と心臓血管病の発症との関連について検討した。

英国の前向きコホート **Whitehall II** 試験のデータを用いた。1985/88年の試験開始から5年ごとに心臓血管の健康を評価した。心臓血管病の発症については2017年3月まで追跡した。参加者について、米国心臓協会の7つの測定基準、すなわち、非喫煙、理想的なBMI値（体格指数）、身体活動度、食事、血圧値、血糖値、総コレステロール値を用い、理想的な測定基準の該当項目数により心臓血管の健康度が低レベルの群（0-2個）、中レベルの群（3-4個）、高レベルの群（5-7個）に分類した。1985/88年の試験開始から1997/99年の10年間に、心臓血管がどのように変化したのかを評価した。被験者は、心臓血管病の既往のない9,256例（試験開始時の平均年齢44.8歳、女性32%）で、このうち心臓血管の健康の変化に関するデータが得られたのは6,326例であった。追跡期間中央値18.9年間で発生した心臓血管イベントは1,114件であった。多変量解析の結果、心臓血管の健康が一貫して低かった被験者（全体の13.5%）と比較して、心臓血管の健康度が低レベルから中レベルに変化した被験者群（全体の6.8%）や低レベルから高レベルに変化した被験者群（全体の0.3%）、中レベルから低レベルに変化した被験者群において、心臓血管病発症リスクに有意な関連はみられなかった（ハザード比はそれぞれ0.84、0.19、0.96）。また、心臓血管病の発症リスクが低かった群は、一貫して心臓血管の健康度が中レベルの群（全体の38.9%）、中レベルから高レベルに変化した群（全体の5.8%）、高レベルから低レベルへ変化した群（全体の1.9%）、高レベルから中レベルに変化した群（全体の9.3%）、そして一貫して高レベルの群（全体の5.5%）で、ハザード比はそれぞれ0.62、0.39、0.49、0.66、0.75）

今回の研究では、心臓血管病の既往がない者に対し中央値で18.9年の追跡をしたところ、心臓血管の健康度の変化と心臓血管病発症との関連に整合性のとれた関連はみられなかった。

出典：Journal of American Medical Association. 2018; Nov 6; 320(17): 1793-1804.