

魚油サプリメントで心臓血管死および全死因死亡リスクを低減

これまでの研究では、無作為化比較試験により魚油サプリメントにわずかではあるが有意な心臓血管病に対する予防効果が示されている。しかし、無作為化試験におけるサプリメント摂取は、理想的な管理下で得られた結果であり、それを一般集団に適用するのは難しい。そこで本研究では、より現実的な設定での前向きコホート研究を実施した。

2006~2010年にUK Biobankに登録された者のうち、試験開始時に心臓血管病あるいはがんの既往のない40~69歳の男女427,678例を対象に2018年末まで追跡した。全参加者から、魚油を含むサプリメントの常用について質問票で回答を得た。結果、試験開始時に全参加者の31.2%が魚油サプリメントを常用していた。魚油の非常用者に対する常用者の多変量補正ハザード比は、全死因死亡が0.87、心臓血管死が0.84、心臓血管イベント発生が0.93であった。心臓血管イベントについては、高血圧を有する者でより関連が強い傾向がみられた（相互作用の $P=0.005$ ）。

今回の結果から、魚油サプリメントの摂取が心臓血管死および全死因死亡のリスクの低減と関連し、一般集団において心臓血管イベントの抑制に対して有益であることが示唆された。

出典：British Medical Journal. 2020 Mar; 368: m456.