

カリウムの豊富な塩を代用することで心臓血管死の 1/9 を減らせる可能性

中国において、食卓や料理で使う塩をカリウムが豊富に含まれる塩（カリウム代用塩）へ全国的に置き換えることが心臓血管死にどのような影響を及ぼすかを検討した。

中国の成人集団とくに慢性腎臓病患者（およそ 1,700 万人）を対象に、全国的にカリウム代用塩（塩化カリウムを 20~30%含有）へ置き換えた場合の影響を推定するモデル解析を行った。カリウム代用塩へ置き換えた後に避けられた心臓血管死を算出したところ、年間約 46 万 1,000 例の心臓血管死を防ぐことができると推定された。これは中国における年間の心臓血管死の 11.0%に相当するものであった。また、慢性腎臓病患者では、高カリウム血症関連死が 1 万 1,000 例増加すると推定された。正味の影響として、心臓血管死が全集団で年間約 45 万例、慢性腎臓病患者でも 2 万 1,000 例減少する可能性が示された。感度分析においても、正味の有益性は全集団と慢性腎臓病患者で一貫し、避けられる死が追加の死を上回った。

今回の結果から、食事で摂取する塩をカリウム代用塩にすることで、心臓血管死の約 9 分の 1 を予防できる可能性が示唆された。

出典：British Medical Journal. 2020 Apr 22; 369: m824. doi: 10.1136/bmj.m824.