

揚げ物の摂取量が多いと脳血管疾患のリスク上昇

揚げ物の摂取と心臓血管病および死亡のリスクとの関連について、メタ解析を実施し検討した。

2020年4月11日までに発表された研究から17件の研究を抽出し、解析対象とした。対象者の総数は754,873例、追跡期間（中央値9.5年）中の死亡者数は85,906例であった。解析の結果、揚げ物の摂取量が最も少ない群に比べ、最も多い群では心臓血管イベントリスクが1.28倍、冠動脈疾患リスクが1.22倍、脳卒中リスクが1.37倍、心不全リスクが1.37倍となった。一方、心臓血管死および全死亡のリスクについては明らかな関連がみられなかった（相対危険度はそれぞれ1.02、1.03）。

したがって、揚げ物の摂取が多いと心筋梗塞や脳卒中のリスクが高まることが示唆された。

出典： Heart. 2021 Jan 19; heartjnl-2020-317883.