

オメガ 3 脂肪酸で心房細動リスクが高まる

魚の油などに含まれる海洋由来のオメガ 3 脂肪酸は、動脈硬化の予防効果が期待されているが、一方で心房細動のリスクを上昇させるとの報告もある。本研究では、オメガ 3 脂肪酸と心房細動についてのメタ分析を実施し、オメガ 3 脂肪酸の投与量の違いが心房細動リスクに影響するかを検討した。

2012年1月1日から2020年12月31日までに発表された心房細動に関する研究で、500例以上について1年以上追跡したものを対象とした。MEDLINE および Embase で検索した結果、4,059件の報告のうち7件の試験のデータ 81,210例について解析した。このうち、58,939例(72.6%)は低用量試験、22,271例(27.4%)は高用量試験であった。平均年齢65歳、女性39.2%、追跡期間は4.9年(中央値)であった。全被検者の3.6%に心房細動が発生し、オメガ3脂肪酸による心房細動発症のハザード比は1.25であった。投与量で分けて比較すると、高用量試験ではハザード比1.49(P=0.1042)、低用量試験では同比1.12(P=0.024)となり、高用量ではよりリスクが高かった。また、オメガ3脂肪酸の摂取量が1日1g増えるごとのハザード比は1.11であった(P=0.001)。

したがって、オメガ脂肪酸の投与が心房細動のリスクを高め、摂取量が1日1g以上であるとよりリスクが上昇することが示された。

出典：Circulation. 2021; 144: 1981-90.