

女性ではカリウムが塩分取り過ぎを調整

食事からのカリウム摂取量の多さは、血圧の低下と心臓血管病リスクの低減に関連することが知られている。しかし、その関連に性差があるのか、また、日常的なナトリウム摂取量に依存するのかわかっていない。

そこで本研究では、男性 11,267 例、女性 13,696 例を対象にカリウム摂取と収縮期血圧、心臓血管イベント（入院または心臓血管病による死亡）との関連について調べた。また尿中のナトリウム値、カリウム値より食事からのナトリウムおよびカリウムの摂取量を推定した。交絡因子で補正した結果、カリウム摂取と収縮期血圧との関連には性差があることが示され、女性ではカリウム摂取量が多いと収縮期血圧は低かった（ $P<0.001$ ）が、男性ではその関連はみられなかった。ナトリウム摂取量との関係については、女性でナトリウム摂取量が多い場合にのみ、カリウム摂取と血圧低下との関連が認められた。また、心臓血管イベントリスクについては、男女ともカリウム摂取量が多いと心臓血管病リスクが低減したが、高カリウム摂取によるハザード比は男性と比べ女性でより低かった（カリウム摂取最高三分位 対 最低三分位：男性のハザード比 0.93、女性のハザード比 0.89、 $P=0.033$ ）。

今回の結果より、ナトリウム摂取量が多い女性において、カリウム摂取量の多い食事が血圧低下と関連することが示され、女性ではカリウムがナトリウムの取り過ぎを調整する可能性が示唆された。

出典：European Heart Journal. 2022 Aug 7; 43(30): 2867-2875.