

ある特定の人工甘味料は心臓血管病リスクと関連

飲料、卓上甘味料、乳製品など、すべての食事由来の人工甘味料（全体および種類別 [アスパルテーム・アセスルファムカリウム・スクラロース]）と心臓血管病（全体、脳血管疾患、冠動脈性心疾患）との関連について、住民ベースの前向きコホート研究を実施し検討した。

対象はウェブベースの NutriNet-Sante コホート研究の参加者 103,388 例（平均年齢 42.2 歳、女性 79.8%）で、食事と人工甘味料の摂取についての記録をもとに評価した。結果、人工甘味料の総摂取量の増加に伴い、心臓血管病リスクが上昇した（イベント数 1,502 件、ハザード比 1.09、 $P=0.03$ ）。心臓血管病の絶対罹患率は人工甘味料の高摂取群では 10 万人年あたり 346 件、非摂取群では 314 件であった。また、人工甘味料の総摂取量は脳血管疾患リスクと強い関連を示し（777 件、ハザード比 1.18、 $P=0.002$ ）、罹患率は 10 万人年あたり高摂取群で 195 件、非摂取群で 150 件であった。人工甘味料種類別にみると、アスパルテームの摂取は脳血管疾患リスクの増加と関連し（ハザード比 1.17、 $P=0.02$ ）、罹患率は 10 万人年あたり高摂取群で 186 件、非摂取群で 151 件であった。また、アセスルファムカリウムとスクラロースは冠動脈性心疾患リスクの増加と関連し（イベント数 730 件）、ハザード比はそれぞれ 1.40、1.31 であった。また、罹患率はアセスルファムカリウムでは 10 万人年あたり高摂取群が 167 件、非摂取群は 164 件となり、スクラロースではそれぞれ 271 件および 161 件であった。

したがって、人工甘味料の摂取量の増加により心臓血管病リスクが上昇することが示され、とくにアスパルテームは脳血管疾患、アセスルファムカリウムとスクラロースは冠動脈性心疾患と関連がみられた。人工甘味料は多くの食品や飲料に使用されているが、これらの健康への影響については議論されており、世界保健機関などいくつかの保健機関において再評価されている。

出典：British Medical Journal. 2022; 378: e071204.