

心不全の補完代替療法で最も効果が高いのは魚油サプリメント～AHA 声明から

心不全の補完代替療法に用いられている製品は、米食品医薬品局（FDA）の規制をほとんど受けないため、メーカーは有効性や安全性を実証する必要がない。よって医療者と消費者の双方が、メリットの可能性と潜在的なリスクについて学び、最新の情報を共有した上で意思決定することが重要である。そこで、米国心臓協会（AHA）は心不全の補完代替療法について科学的声明をまとめた。

心不全患者にメリットをもたらす可能性があると言われる補完代替療法の中で、最もエビデンスが強固なのは魚油（オメガ 3 脂肪酸）である。適量を摂取することは安全であるが、高用量を摂取した場合に不整脈のリスクが上昇する可能性があるため、1 日の総摂取量は 4g 未満とする。

また、心不全の一因としてチアミン（ビタミン B1）欠乏症が知られており、チアミン摂取が心不全に有効である可能性がこれまでに検討されているが、明確なエビデンスがないため、欠乏に伴う臨床症状が発現していない心不全患者がチアミンを習慣的に摂取することは支持しない。コエンザイム Q10 については、現時点では心不全に対する影響ははっきりしない。

ヨガや太極拳は安全であり、運動耐容能や生活の質の改善、炎症マーカーの低下などの作用が認められており、ガイドラインに基づく治療の補助として利用が可能である。

声明では、カフェイン、アルコール、甘草、L-アルギニン、グレープフルーツジュースなども取り上げ、これらの中には、患者の状態によっては健康上のリスクになり得るものもあり、さらなる研究が必要である。

出典：Circulation.2023 Jan 10; 147(2)e4-e30.