

The Journal of Nutritionに本学教員の論文『日本人の中年成人における全死因・死因別死亡率および早期非感染性疾患死亡率（NCD）\*とナトリウムの消費量およびカリウムとの比率：前向きコホート研究』が掲載されました（オンライン先行公開）。

奈良女子大学 生活環境学部 高地リベカ教授の論文『日本人の中年成人における全死因死亡率、死因別死亡率および早期非感染性疾患死亡率とナトリウムの消費量およびカリウムとの比率：前向きコホート研究』が、「The Journal of Nutrition」においてオンライン先行公開され、ナトリウム摂取量とナトリウム／カリウム比の両方が、特に中年男性における全死因死亡および早期（70歳未満での）NCD死亡のリスク上昇と関連していることを示しました。食塩を控えつつカリウムをしっかり摂るという食生活が、寿命を全うするために重要であることを日本人の大規模な追跡型の疫学研究で明らかにしたものです。この研究は、国立がん研究センターなどと共同で行っている多目的コホート研究（JPHC-Study）による成果です。

\*非感染性疾患（NCD：循環器疾患・がん・糖尿病などをあわせた、いわゆる生活習慣病のこと）

<掲載先>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022316624012471?via%3Dihub>

<概要>

非感染性疾患（NCD\*）の早期死亡率の低減は世界的な課題です。ナトリウムは、食塩そのものや高塩分食品が高血圧による心血管疾患や脳血管疾患（CVD）や消化管がんに及ぼす影響を介して、非感染性疾患（NCD）のリスクを高めると考えられています。さらに、CVDの相対リスクはナトリウム単独よりもカリウムとの比と密接に関連していると報告されています。しかし、ナトリウムのナトリウム/カリウム摂取量比がNCDの早期死亡リスクに及ぼす影響を調べた研究はほとんどありません。本研究では、日本人の前向きコホート研究において、ナトリウム摂取量およびナトリウム／カリウム比と、70歳未満でのNCD死亡を含む全死因死亡リスクおよび死因別死亡リスクとの関連を検討しました。

1995年から1998年にかけて、11の地域で45～74歳の男女83,048人を対象に食物摂取頻度調査票により疾病にかかる前の食生活状態を評価しておきし、2018年末まで追跡しました。期間中に、17,727人の全死因死亡と3,555人の早期NCD死亡が確認され、ナトリウム摂取量は、男女・特に男性で全死亡および早期NCD死亡のリスク上昇と有意に関連しており、カリウム摂取量との比で検討した場合、がんを含むこれらの関連はやや強まりました。

食塩を控えつつカリウムをしっかり摂るというバランスが、寿命を全うするために重要であることが改めて示されたと言えます。

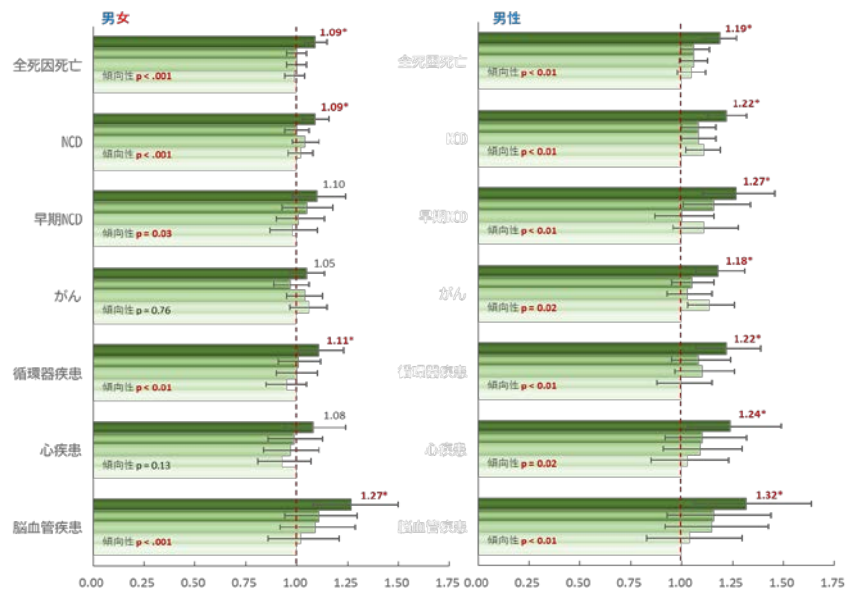


図 ナトリウム/カリウム摂取量比（色が濃いほど高い）5群別、死因別死亡率の相対危険度（最低群の死亡率に対する比）