

作成番号:0160

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

号数:2024-160

内容:ダークチョコレート摂取により本態性高血圧症のリスクが有意に低減

出典:Dark chocolate intake and cardiovascular diseases: a Mendelian randomization study.

Scientific reports. 2024 Jan 10;14(1):968. pii: 968.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38200066/>

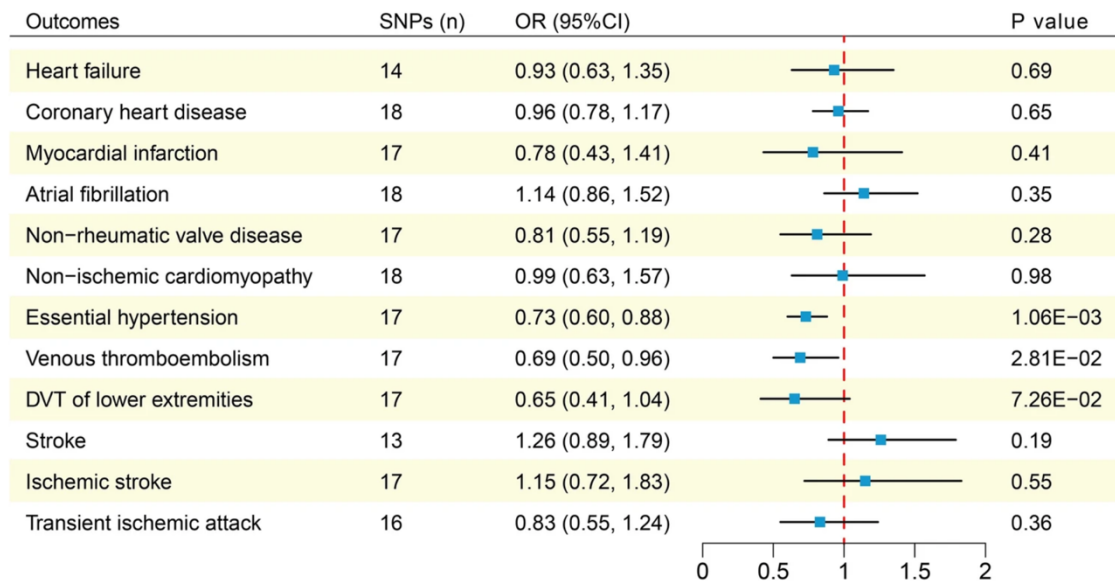
ダークチョコレートには、フラバノールやメチルキシサンチンなどの身体に有益とされる成分が豊富に含まれていて、心血管系に良好な影響とされている。ダークチョコレートを摂取すると 12 種類の心血管疾患(CVD)のリスクを低下させるか、中国・Shaoxing People's Hospital の研究者らがメタ分析で検討した結果を Scientific Reports 誌 2024 年 1 月 10 日号に報告した。

ダークチョコレートの摂取量に関するゲノムワイド関連研究(GWAS)のデータは英国バイオバンクより抽出した(64,945 例)。CVD のデータは、冠動脈疾患(症例:181,522 例、対照:984,168 例)、心房細動(60,620 例、970,216 例)、心不全(47,309 例、930,014 例)、脳卒中(40,585 例、406,111 例)、本態性高血圧症(92,462 例、265,626 例)、非リウマチ性弁膜症(20,772 例、286,109 例)、非虚血性心筋症(9,926 例、303,607 例)、一過性脳虚血発作(18,398 例、342,294 例)、静脈血栓塞栓症(19,372 例、357,905 例)、心筋梗塞(24,185 例、313,400 例)、下肢の深部静脈血栓症(9,109 例、324,121 例)の研究から収集した。ダークチョコレートの摂取は、本態性高血圧症のリスク低減と有意に関連した(オッズ比[OR]=0.73、95%信頼区間[CI]:0.60~0.88、 $p=1.06 \times 10^{-3}$)。静脈血栓塞栓症のリスク低減との関連も示唆されたが、因果関係はエビデンス不足のため立証できなかった(OR:0.69、95%CI:0.50~0.96、 $p=2.81 \times 10^{-2}$)。他の 10 種類の CVD との間に因果関係は認められなかった。

- ・心不全 OR:0.93、95%CI:0.63~1.35、 $p=0.69$
- ・冠動脈疾患 OR:0.96、95%CI:0.78~1.17、 $p=0.65$
- ・心筋梗塞 OR:0.78、95%CI:0.43~1.41、 $p=0.41$
- ・心房細動 OR:1.14、95%CI:0.86~1.52、 $p=0.35$
- ・非リウマチ性弁膜症 OR:0.81、95%CI:0.55~1.19、 $p=0.28$
- ・非虚血性心筋症 OR:0.99、95%CI:0.63~1.57、 $p=0.98$
- ・下肢深部静脈血栓症 OR:0.65、95%CI:0.41~1.04、 $p=7.26 \times 10^{-2}$
- ・脳卒中 OR:1.26、95%CI:0.89~1.79、 $p=0.19$

- 虚血性脳卒中 OR:1.15、95%CI:0.72～1.83、p=0.55
- 一過性脳虚血発作 OR:0.83、95%CI:0.55～1.24、p=0.36

本研究はダークチョコレートの摂取と本態性高血圧症のリスク低下との間に因果関係があることを証明するものであり、本態性高血圧症の予防に重要な示唆を与えるものである。



Mendelian randomization analysis estimates of dark chocolate intake and the risk of cardiovascular diseases. *DVT* deep venous thrombosis, *SNPs* single nucleotide polymorphisms, *OR* odds ratio, *CI* confidence interval.