

作成番号:0177

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:2024-177

内容:カルシウムとビタミン D の摂取は閉経後女性の疾患予防にならない。

出典:Long-Term Effect of Randomization to Calcium and Vitamin D Supplementation on Health in Older Women : Postintervention Follow-up of a Randomized Clinical Trial.

Annals of internal medicine. 2024 Apr;177(4):428-438. doi: 10.7326/M23-2598.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38467003/>

骨の健康を守るために、長年にわたってカルシウムとビタミン D を摂取している閉経後女性は少なくない。しかし、致命的な心疾患やがんなどの慢性疾患に対するこれらの栄養素の予防効果については明確になっていない。閉経後女性の慢性疾患の予防戦略に焦点を当てた「女性の健康イニシアチブ (Women's Health Initiative; WHI)」のデータで、カルシウムとビタミン D の摂取により死亡に対する効果の有無を、米アリゾナ大学健康推進科学分野教授の研究者らが調査した。その研究詳細は、「Annals of Internal Medicine」に 3 月 12 日に掲載された。

1991 年に米国立衛生研究所 (NIH) で開始された WHI は、数十年にわたって閉経後女性の健康を追跡してきた大規模研究で、数万人の女性が登録されている。対象は、36,283 人の閉経後女性で、乳がんや大腸がんの既往がある者は含まれていなかった。女性は、1 日 1,000mg の炭酸カルシウム (カルシウム含有量としては 400mg) と 400IU のビタミン D₃ を摂取する群 (CaD 群) とプラセボを摂取する群 (プラセボ群) に 1 対 1 の割合でランダムに割り付けられていた。その結果、累積追跡期間中央値 22.3 年の経過後に CaD 群で 1,817 人、プラセボ群で 1,943 人ががんにより死亡しており、前者では後者に比べてがんによる死亡リスクが 7% 低下することが示された (ハザード比 0.93、95% 信頼区間 0.87~0.99)。一方、心血管疾患による死亡については、CaD 群では 7,834 人、プラセボ群では 7,748 人が確認されており、前者では後者に比べて死亡リスクが 6% 高いことが示された (同 1.06、1.01~1.12)。それゆえ、死亡リスクという点でカルシウムとビタミン D 摂取の有益性は確認されなかった。