

作成番号:0291

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:2025-291

内容:マラソン中の心停止、発生は横ばいだが、死亡は大きく減少

出典:Cardiac Arrest During Long-Distance Running Races.

JAMA. 2025 Mar 30; pii: e253026.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40159341/>

米国では2010～23年に2,900万人以上がマラソンおよびハーフマラソンを完走しており、増加傾向にある。米国・エモリー大学の研究者らは、長距離ランニングレースイベントにおける心停止の発生率と転帰を調べ、JAMA 誌オンライン版 2025 年 3 月 30 日号に報告した。

2010 年 1 月 1 日～2023 年 12 月 31 日の米国のマラソンおよびハーフマラソンのコホートデータを Race Associated Cardiac Event Registry から得て、ケースプロファイル・レビューを行い、原因および生存に関連した因子を調べ、発生および原因のデータを参照基準とした過去のデータ(2000～09 年)と比較した。主要アウトカムは、心停止発生率および死亡率とした。レース完走者 2,931 万 1,597 人(男性 44.5%、マラソン完走者 23.2%、ハーフマラソン完走者 76.8%)において、心停止の発生は 176 件(男性 127 人、女性 19 人、性別不明 30 人)であった。心停止発生率は 0.60 件/10 万人(95%信頼区間[CI]:0.52～0.70)であり、2000～09 年(0.54 件/10 万人[95%CI:0.41～0.70])と比較して変化は認められなかった。一方で、突然死の発生率(2010～23 年 0.20 件/10 万人[95%CI:0.15～0.26]vs.2000～09 年 0.39 件/10 万人[0.28～0.52])および致死性ケースの発生率(34%vs.71%)は、大幅な低下がみられた。心停止は、男性(1.12 件/10 万人[95%CI:0.95～1.32])のほうが女性(0.19 件/10 万人[0.13～0.27])よりも多く、またマラソン参加中(1.04 件/10 万人[0.82～1.32])のほうがハーフマラソン参加中(0.47 件/10 万人[0.38～0.57])よりも発生が多かった。心停止の原因が明確に特定できたランナーでは、肥大型心筋症よりも冠動脈疾患が最も多い原因であった。

Figure 2. Cardiac Arrest and Death Totals Also Stratified by Sex and Race Distance, and Incidence Estimates for Cardiac Arrest and Death During Marathons and Half-Marathons in the US

