

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。  
FMD News Vol.76をお届けいたします。



## 2月のTOPICS

### ■ 酒は百薬の長は本当？・・・世界心臓連盟の声明より

世界心臓連盟（WHF）は、世界中でのアルコール関連の死亡と障害の増加を踏まえ、適量の飲酒が心臓病のリスクを減らすことができるという概念に異議を唱えています。

2019年には、240万人以上がアルコールで死亡し、世界全体の死因の4.3%で、15～49歳の男性の死亡の12.6%を占めています。アルコールは有害な物質であり、人体に重大な損傷を与える可能性があります。飲酒は、心血管疾患、癌、消化器疾患、意図的および非意図的な傷害を含む非感染性疾患、およびいくつかの感染症の主要な危険因子となっています。

どんなレベルのアルコール消費も健康的な生活の損失につながる可能性があるという明らかなエビデンスが存在します。研究によると、少量のアルコールでも、冠状動脈疾患、脳卒中、心不全、高血圧性心疾患、心筋症、心房細動、動脈瘤などの心血管疾患のリスクを高める可能性があります。逆に現在までに適度な飲酒と心臓病のリスク低下との間に信頼できる相関関係は見つかりませんでした。

世界心臓連盟の声明より引用

また日本人における多施設共同研究 FMD-J study からは以下の2つの報告がなされています。

#### 1. 男性の場合：

軽度の飲酒でも、内皮機能は飲酒によって損なわれます。(FMD-J study)

Int J Cardiol. 2017 Mar 1;230:523-528.

#### 2. 女性の場合：

内皮機能は軽度から中等度の飲酒者では維持されますが、大量飲酒者では損なわれます。(FMD-J study)

PLoS One. 2020 Dec 3;15(12):e0243216.

アルコールの内皮機能への影響については、多少の性差があるようですが、飲まないに越したことはなさそうですね。

いずれにしても耳の痛い話です。

