

家庭血圧測定日数と尿Na/K比、推定食塩・カリウム摂取量の変化に関する1年間の前向き研究：益田研究

絹田 皆子

岡山大学学術研究院 医歯薬学域 公衆衛生学分野

【目的】 本研究は、家庭血圧の測定日数が増えるほど、尿ナトリウム/カリウム（Na/K）比と食塩摂取量は低下し、カリウム摂取量は増加するという仮説を立て、1年間の前向き観察的検討を行った。

【方法】 島根県益田市的一般住民209名（平均年齢56歳、女性57%）を対象とした。随時尿を用いた尿Na/K比および田中式から推定した一日食塩・カリウム摂取量は、初回から1年後の尿検査時までの変化量を算出した。家庭血圧は、自動血圧計（HEM-9700T）を用いて起床後・就寝前に座位で1機会2回測定し、初回から1年後の尿検査時までの測定日数を算出した。線形回帰分析を用いて、年齢、性、教育歴、BMI、喫煙、飲酒、運動、降圧薬服用、糖尿病、CKD、初回検査時の尿Na/K比、推定一日食塩・カリウム摂取量を調整し、家庭血圧測定日数と尿Na/K比、推定食塩・カリウム摂取量の変化量との関連を検討した。

【結果】 研究期間における家庭血圧測定日数の中央値は、324 [四分位範囲 225-358] 日であった。推定一日食塩摂取量は、測定日数の増加に伴い有意に低下した（測定日数10日増加当たりの変化量 -0.036 [標準誤差 0.015] g/日）が、尿Na/K比と推定一日カリウム摂取量は低下傾向であったものの統計学的に有意ではなかった（ -0.031 [0.017] および -1.357 [2.797] mg/日）。

【結論】 家庭血圧の測定日数が多い者ほど、推定一日食塩摂取量が低下し、減塩を意識した食事を心がけている可能性が示唆された。