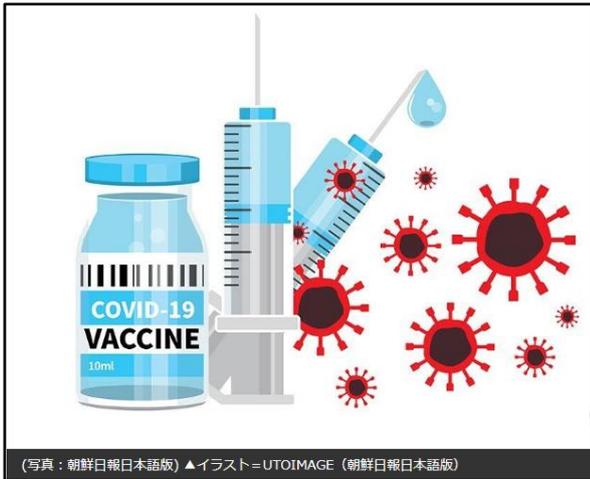


「韓国と日本の新型コロナウイルス感染者、心血管疾患リスク 62%増」 慶熙大研究チームが 900 万人超のビッグデータを分析

6/12 朝鮮日報



(写真: 朝鮮日報日本語版) ▲イラスト=UTOIMAGE (朝鮮日報日本語版)

韓国と日本の新型コロナウイルス感染者を調査した結果、同ウイルスに感染した後は心血管疾患の発生リスクが 62%増加することが分かった。

慶熙大学医学部デジタルヘルスセンターのヨン・ドンゴン教授チームが韓国約 796 万人、日本約 126 万人を含む国単位の保健医療ビッグデータを利用し、新型コロナウイルス感染後の心血管疾患の長期的影響を総合的に分析したところ、同ウイルス感染者は非感染者に比べて心血管疾患の発生リスクが約 62%高かった、と発表した。

これは、虚血性心疾患・心不全・脳血管疾患の発生において両グループ間に明確な違いがあったものだ。重症度別でみると、重症感染者は心血管疾患リスクが最大 10 倍も高かったという。しかし、新型コロナウイルス感染症のワクチンを接種した場合はそのリスクが約 30%減少した。こうした研究結果は、心臓分野の最高権威である米国心臓協会の公式医学雑誌「サーキュレーション」電子版に掲載されている。

慢性 COVID-19 後症候群は、新型コロナウイルス感染後、4 週間以上続く慢性的な症状がある状態を言うが、そのうち心血管疾患は代表的な合併症となっている。

新型コロナウイルス感染による心血管疾患のリスク増加は、同ウイルス感染症の流行初期をはじめ、デルタ株・オミクロン株の流行時期も一貫して観察された。このようなリスクは、感染後最大 18 カ月まで続いたが、時間がたつにつれて徐々に緩和される傾向を示した。感染者のうち脳卒中の発生率は 0.24%であり、主要心血管疾患の発生率は 0.15%との集計が出ている。

ヨン・ドンゴン教授は「今回の研究で新型コロナウイルス感染後、心血管疾患のリスクが長期間にわたり増加する可能性があることが分かった」「絶対発生件数は少なくとも、ハイリスク群の心血管疾患モニタリングと予防に関心を持つ必要がある」と語った。

金哲中 (キム・チョルジュン) 記者

一日 4 分「これ」をすれば…中年女性の心血管疾患リスクが半減(1/1)

中年女性が毎日 4 分間の激しい身体活動をすれば、心臓まひや心不全など心血管疾患を発症するリスクが半分ほど低下するという研究結果が出た。



2023年垂直マラソンの参加者が、ロッテワールドタワーの階段を上っている様子。写真は記事と直接関係はない。/ロッテ物産

オーストラリア・シドニー大学が 12 月 4 日 (現地時間) に発表したところによると、同大学のチャールズ・パーキンス・センターのエマニュエル・スタマタキス教授が率いる研究チームは、構造化された運動をしていない中年女性の場合、毎日最低 1.5 分から平均 4 分程度の激しい身体活動をするだけでも心血管の健康が改善されるということを確認したという。階段上り、ショッピングバッグを持ってショッピング、坂道を上る、パワーウォーキング、子どもやペットと鬼ごっこなどが、日常生活の中でできる高強度身体活動に分類される。この研究結果は「British Journal of

Sports Medicine」に掲載された。

研究チームは、40-79歳の規則的な運動をしていない英国人男女およそ2万2000人を対象に研究を実施し、参加者たちは七日間、身体活動追跡機を着用した。研究の結果、一日平均3.4分の高強度身体活動をした女性は、主な心血管疾患の発症リスクが45%低下。特に、心臓まひのリスクは51%、心不全のリスクは67%も減少した。一日1.2-1.6分の短時間の高強度身体活動もまた、主な心血管疾患の発症リスクを30%低下させる効果があった。心臓まひのリスクは33%、心不全のリスクは40%低かった。

反面、男性の場合はこうした効果が相対的に低いことが分かった。一日平均5.6分の高強度身体活動をした男性は、心血管疾患のリスクが16%低下し、一日2.3分の場合は11%低下にとどまっていた。

研究チームは、中年や老年の20%未満が規則的な運動をしている点を考慮すると、短時間の高強度身体活動が代案になり得るとアドバイスした。研究チームは「激しい身体活動を短時間でも毎日する習慣は、体系的な運動が好きでなかったりできない中年女性にとって、よい選択肢になるだろう」とした上で「短時間の高強度身体活動を万能薬と考えるはいけませんが、規則的な身体活動習慣を開発するのに役立つものとみられる」と主張している。