

## 10. 尿ナトリウム・カリウム比の高血圧リスク評価における実用性と目標値： 日本高血圧学会尿ナトリウム・カリウム比ワーキンググループによるコンセンサス ステートメント

研究協力者 久松 隆史（岡山大学学術研究院医歯薬学域公衆衛生学分野 准教授）

研究協力者 寶澤 篤（東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学専攻情報健康医学講座公衆衛生学分野 教授）

研究分担者 由田 克士（大阪公立大学生生活科学研究科生活科学専攻 教授）

研究分担者 大久保孝義（帝京大学医学部衛生学公衆衛生学講座 教授）

研究代表者 三浦 克之（滋賀医科大学 NCD 疫学研究センター 教授）

疫学研究により、尿ナトリウム・カリウム (Na/K) 比は、尿中ナトリウムまたはカリウム排泄量単独よりも、高血圧および脳心血管病リスクとより強く正の関連を示すことが明らかにされている。本コンセンサスステートメントでは、個人内における随時尿 Na/K 比の日内・日間変動が大きいことを踏まえ、信頼性の高い個人推定値を得るために、週 4 日以上、さまざまな時間帯に無作為に採取した随時尿の平均 Na/K 比を使用することを推奨する。Na/K 比と高血圧または脳心血管病リスクとの間には連続的な正の関連が認められるが、日本人における臨床および公衆衛生上の意思決定のために、尿 Na/K 比の平均値として 2 を至適目標値とすることを推奨する。これは、日本人の典型的な食習慣を考慮したうえで、「日本人の食事摂取基準（2020 年版）」におけるナトリウムおよびカリウム摂取量の推奨値に整合するためである。また、日本人一般集団における尿 Na/K 比の平均値を下回ることを一時的な目標とするため、平均尿 Na/K 比 4 を実現可能目標値として提案する。これらの推奨は主に健康な個人を対象とし、特定の疾患を有する患者には、支持するデータが不足しているため適用されない。現時点では尿 Na/K 比測定の高血圧予防・管理における有用性に関するエビデンスは十分ではなく、さらなる研究が必要である。

**Practical use and target value of urine sodium-to-potassium ratio in assessment of hypertension risk for Japanese: Consensus Statement by the Japanese Society of Hypertension Working Group on Urine Sodium-to-Potassium Ratio.**

**Hisamatsu T, et al. *Hypertens Res.* 2024; 47(12): 3288-3302. doi: 10.1038/s41440-024-01861-x.**