

ビタミンDは骨粗鬆症を改善しない NEJM, July 28, 2022

「僻地で世界最先端」西伊豆健育会病院早朝カンファ 2022.7 仲田和正

Supplemental Vitamin D and Incident Fractures in Midlife and Older Adults,
著者

Meryl S. Le Boff, M.D. et al,

The Division of Endocrinology, Diabetes, and Hypertension, Brigham and Women's Hospital,
Harvard Medical School

The Lancet, March12, 2022 に下記の「高齢者骨粗鬆症の薬物治療（総説）」があり

ビタミンDとカルシウムの効果をほぼ全否定するもので大変驚きました。

もはやカルシウムのサプリは取るべきでなく食事からのみとせよと言うのです。

https://nishiizu.gr.jp/wp-content/uploads/sites/24/2025/03/conference_2022_05.pdf

（高齢者骨粗鬆症の薬物治療（総説）The Lancet, March 12, 2022 西伊豆早朝カンファ）

昨日、NEJM 最新号、July 28, 2022 の下記の巻頭論文はこれをダメ押し（とどめを刺す）
で裏付けるものでした。

● Supplemental Vitamin D and Incident Fractures in Midlife and Older Adults,
NEJM, July28, 2022

これはハーバードのBrigham and Women's Hospitalの医師等によるRCT（ランダム
コントロール試験）で要約すると次のような内容です。

- ・ 25,871 人（女性 50.6%）を 2 群に分け、VD3 を 2000IU/日投与群とプラセボ群を比較、
中央値 5.3 年のフォローで骨折 1991 件、1551 人で発生。
- ・ VD 投与群で骨折 769 件/12,927 人、プラセボ群で骨折 782 件/12,944 人発生
- ・ 全骨折の HR 0.98, 95%CI, 0.89-1.08; P=0.70
- ・ 非椎体骨折 HR 0.97; 95%CI, 0.87-1.07; P=0.50
- ・ 大腿骨近位部骨折 HR 1.01; 95%CI, 0.70-1.47; P=0.96

というわけで HR (hazard ratio, 相対危険度) の 95%CI がいずれも 1 を跨ぎいずれも
有意差なしという衝撃的な結果でした。

数十年に亘り私達が投与してきたビタミンDが骨粗鬆症に全く効果がなかったなんて、
いったいどれだけの医療費が膨大に消費されたんだろうと思うと悲しくなります。

それにしても人体はなかなか理論通りにはいかないものだなあとつくづく思います。

「理論的にこうだから、この薬を飲むべきだ」というのがいかに危険かがよくわかりました。
やはり RCT で確実に効果のある薬に絞って投与すべきです。

Polypharmacy の危険がわかります。

西伊豆 仲田和正