

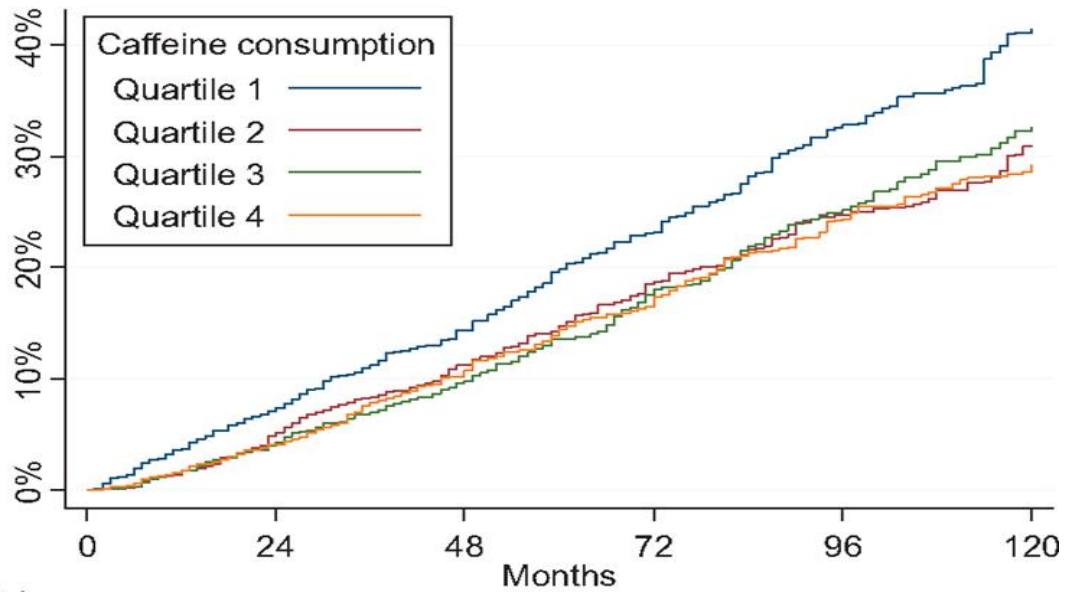


醫療新知

慢性腎病人的咖啡消耗量與死亡率的關係

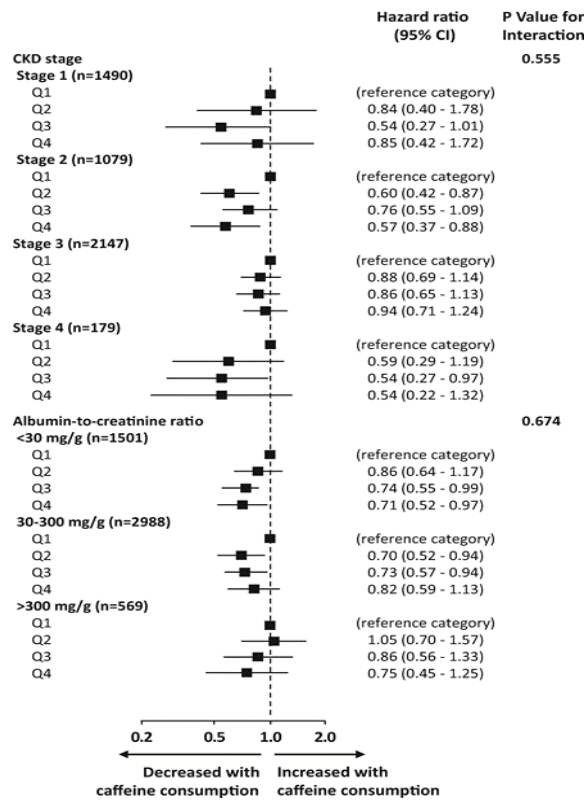
- 在一般人中，咖啡消耗量與死亡率的關係為負相關，也就是消耗越多死亡率愈低。慢性腎病人是否也有一樣的結果呢？因此有這篇文獻加以討論跟研究。NDT 2019 年 6 月有一篇文獻加以探討。
- 研究人員收集 4863 位有慢性腎病的美國人，他們的 eGFR 15-60 ml/min/1.73m²，或 urine albumin:creatinine ratio > 30 mg/g，從 1999 至 2010 年，評估每位病人的 24 小時咖啡消耗量，分 4 組 Q1 < 28.2 mg/day, Q2 28.2-103.0 mg/day, Q3 103.01-213.5 mg/day, Q4 > 213.5 mg/day. 統計所有原因死亡率、心血管死亡率、癌症死亡率。
- 平均追蹤 60 個月，1283 個人死亡，Q2, Q3, Q4 與 Q1 的風險比率 hazard ratio 分別為 0.74, 0.74, 0.78。

All-cause mortality



Number at risk						
Quartile 1	1512	1279	918	607	399	209
Quartile 2	1345	1139	849	551	332	178
Quartile 3	1252	1087	812	498	314	153
Quartile 4	1026	878	632	423	263	115

- FIGURE 1 Kaplan - Meier curves for all-cause mortality by caffeine consumption quartiles.
- 上圖示所有原因死亡率與咖啡消耗量的關係，消耗量與死亡率有負相關，Q1 與 Q2, Q3, Q4 相比，明顯死亡率較高，但 Q2, Q3, Q4 死亡率則相差不多。



- FIGURE 2 HRs for all-cause mortality by CKD stage and urinary albumin:creatinine ratio. Adjusted for age, gender, ...
- 上圖為不同期的慢性腎病，咖啡消耗量與所有原因死亡率的關係。無論是第 1 期至 4 期，消耗量與死亡率有負相關。
- 咖啡的健康效應有降低尿酸、增加鎂離子濃度、增加 adiponectin 濃度，甚至發現增加 GFR，這些咖啡的保護效應跟咖啡因及抗氧化有關。咖啡因是一種 xanthine，會增加細胞內鈣離子，刺激一氧化氮產生，一氧化氮滲透入血管平滑肌細胞引起血管擴張，因而減少心血管疾病發生率與死亡率。結論是咖啡消耗量與所有原因死亡率的關係是負相關。有喝咖啡習慣的人，無異是一件好消息。