

## 臺北榮總營養部膳食管理科專題討論

**題 目：Coffee and caffeine consumption and the risk of hypertension in postmenopausal women**

攝取咖啡與咖啡因對於停經後婦女罹患高血壓的風險

**作 者：**Rhee JJ, Qin FF, Hedlin HK, Chang TI, Bird CE, Zaslavsky O, Manson JE, Stefanick ML, Winkelmayr WC.

**文章出處：***Am J Clin Nutr* 2016;103:210–217.

**報告者：**秦立宜

**報告時間：**民國 105 年 3 月 8 日(二)14:30-15:30

**報告地點：**營養講堂

### 摘要：

先前的研究對於攝取咖啡及咖啡因與高血壓的風險仍具爭議。故本研究比較停經後婦女攝取含咖啡因咖啡、不含咖啡因咖啡及咖啡因與高血壓發生率的風險。

由女性健康主義(Women's Health Initiative, WHI)的大型前瞻性研究，經排除不符條件(如高血壓)者後，共收案29985名無高血壓的停經婦女，以問卷調查方式分成含咖啡因咖啡、不含咖啡因咖啡與咖啡因3組，攝取量分為1杯/天、2-3杯/天與196毫克/天，在第三年時，採用多變量線性迴歸分析其與收縮壓及舒張壓的關係外，並用Cox比例風險模式評估危險比與高血壓發生率。

研究結果顯示共5566名受試者患有高血壓，無論是攝取含咖啡因咖啡或咖啡因均與收縮壓或舒張壓無關，而不含咖啡因咖啡有降低平均舒張壓的效果( $P=0.01$ )，但與含咖啡因咖啡無關( $P=0.06$ )。然而經調整其他的控制變項，攝取含咖啡因咖啡、不含咖啡因咖啡與咖啡因都與高血壓發生率的風險無關 ( $P>0.05$ )。

綜合上述，停經後婦女無論攝取含咖啡因咖啡、不含咖啡因咖啡或咖啡因都不是導致高血壓的風險因子。