

金ヶ江 光生 論文内容の要旨

主 論 文

Determinants of self-rated health among community-dwelling
women aged 40 years and over in Japan.

地域在住中・高齢女性における主観的健康観の決定要因

金ヶ江光生、安部恵代、本田純久、高村昇、草野洋介、竹本泰一郎、青柳潔

The Tohoku Journal of Experimental Medicine・210 巻1号 11-19 2006年

長崎大学大学院医学研究科社会医学系専攻

(指導教授：青柳 潔教授)

緒 言

先進国では急速に高齢者人口が増加し、我が国でも、2015年には65歳以上の高齢者の割合が、25%を超えると推計されている。地方では高齢者の割合が既に40%近くに達している所もあり、高齢者におけるQOL（生活の質）の維持を目的とした公衆衛生的な取り組みが不可欠である。

主観的健康観と身体機能は、高齢者の健康に関する重要な指標である。これらはQOLの重要な要素でもあり、健康余命計算の指標として汎用されている。また主観的健康観は再現性、妥当性があり、健康調査の最も一般的指標の一つとして世界保健機関（WHO）も推奨している。

主観的健康観の悪化は日常生活動作での依存と関連すると報告され、それはQOLをも悪化させる。我が国の高齢者における主観的健康観を評価した研究は数多くあるが、中年者を含めた研究は少ない。地域住民の主観的健康観維持・改善には年齢別に関連因子を同定し、それに基づく方策を作成することが重要である。

本研究は、地域在住中・高齢女性における主観的健康観とその関連因子を検討することを目的とした。

対象と方法

- 1) 解析対象は、長崎県西海市大島町在住、40歳以上の中・高齢女性542名である。
- 2) 調査期間は、2001年から2003年までの3年間である。
- 3) 主観的健康観、身体活動量、慢性疾患有病数、上下肢関節痛数、腰背部痛の有無、喫煙・飲酒状況を質問紙を用いて調査、また握力、および身長・体重を測定しBMI (Body mass index) を算出した。

結 果

- 1) 対象者は、平均年齢64.5歳、平均BMI23.4kg/m²、65%は少なくとも1つの慢性疾患を有し、28%は腰背部痛を有していた。
- 2) 年齢階級別主観的不健康群の割合は、40歳代ではわずか8.9%だったが、80歳以上では、46.2%と約半数を占め、その割合は加齢に伴い有意に増加した。

- 3) 中年者 (40~64 歳) 248 名、及び高齢者 (65 歳以上) 294 名の 2 群に分類。単変量解析の結果、中・高齢者ともに主観的不健康群では健康群に比べ、有意に身体活動量が少なく・握力が弱く・慢性疾患有病数・下肢関節痛数が多く・腰背部痛を有する割合が高かった。
- 4) ロジスティック回帰分析の結果、低身体活動量、慢性疾患有病数増加は、中・高齢者ともに主観的不健康と独立に関連していた。下肢関節痛数増加は中年者で、腰背部痛は高齢者で主観的不健康と独立に関連、握力低下は、中・高齢者ともにボーダーラインの関連だった。

考 察

主観的健康観には種々の因子が関与し、身体的健康の単なる反映ではない。WHO は、健康は単に病気がないことではないと強調しており、主観的健康観は健康の主要な要素である。

本対象者の 25.3%が自分は不健康であると答え、これは台湾の集団とほぼ同様だった。一方、不健康と答えた割合が 5~11.4%という報告もある。これは対象者の年齢構成の違い、あるいは質問方法や社会環境の違いによるかもしれない。

今回、自分が不健康と答えた割合は、加齢に伴い有意に増加したが、多変量解析では主観的健康観と年齢には有意な関連はなかった。これは主観的健康観が、客観的な健康状態と関連しているためかもしれない。

多くの研究で、日本人における主観的健康観と関連因子、死亡や障害の予測について検討されており、主観的健康観が身体的、精神的、社会的因子と密接に関連していることが知られている。しかし中年者を含めた研究は少なく、関連因子の年齢別相違の有無は明らかでない。本研究は幅広い年齢層の女性を対象に、主観的健康観とその関連因子を検討した。

慢性疾患は、主観的健康観悪化の重要な因子と報告されている。今回、慢性疾患数増加は主観的不健康と独立に関連していた。慢性疾患は身体機能障害に関連する可能性があり、また診断をうけることが主観的健康観に直接影響するとも言われている。

下肢関節痛増加、腰背部痛は、主観的不健康と独立に関連していた。慢性疼痛は主観的健康観悪化の重要な因子と報告されている。さらに下肢関節痛、腰背部痛は、歩行等の日常生活動作に障害を与えることで、主観的健康観を悪化させるかもしれない。

高身体活動量は、既報と同様に、良い主観的健康観と独立に関連していた。さらに適切な身体活動は慢性疾患予防に効果的であるとの報告もあり、身体活動量の高い女性は客観的な健康状態が良いため、主観的健康観をより良く評価しているかもしれない。身体活動は、主観的健康観の重要な因子の一つとされる筋力の維持に有効との報告もある。

地域在住女性の主観的健康観の決定要因は、中・高齢者の 2 群でほぼ同様であり、低身体活動量・慢性疾患、下肢関節痛、腰背部痛が、主観的健康観を悪化させることが示された。今回の結果は、QOL の維持・改善を目的とした効果的な介入につながると考える。