

演題番号 主観的健康感とメタボリックシンドローム、生活習慣との関連

(事務局記入) ○山崎恭子^{やまさききょうこ} (東海大学健康科学部) 島田直樹^{しまだなおき} (昭和大学医学部) 下司映一^{げしえいち}
(昭和大学保健医療学部) 後藤澄子^{ごとうすみこ} (せんぽ東京高輪病院) **052**

【背景】

現代の成人における大きな2つの健康課題として「メンタルヘルス」と「生活習慣病」がある。特に生活習慣病は、メタボリックシンドローム (以下MetS) 対策として特定健診事業が実施されている。我々は、生活習慣、MetSおよびメンタルヘルスに、対象者自身の健康に関する考え方が大きく影響しているのではないかと考え、健康診断の受診者を対象に主観的健康感と生活習慣、MetSおよび精神健康度との関連について検討した。

【対象および方法】

対象は、平成21年3月2日～12日または平成22年1月25日～2月5日にA病院健康管理センターで健康診断を受診した者のうち、循環器疾患、糖尿病、精神疾患で治療している者を除外した男性172名(45.1±9.6歳)、女性149名(45.2±9.3歳)の計321名である。特定健康診査項目である腹囲、body mass index(BMI)、血圧、脂質、空腹時血糖(FBS)に加えて、生活習慣に関する質問票調査、精神健康度の測定にはGeneral Health Questionnaire(GHQ)を使用した。主観的健康感は「健康である」「健康でない」のいずれかで回答を得た。MetSの判定には日本内科学会の基準、高血圧の診断には日本高血圧学会の基準を使用した。分析にはSPSS19.0を使用した。倫理的配慮：本研究は昭和大学保健医療学部倫理委員会で承認後、A病院倫理委員会で承認された。

【結果】

①対象者の属性および生活習慣と主観的健康感との関連をカイ二乗検定で検討した。健康でないと回答した者は、睡眠が不十分であり、食生活では食事速度が速く、脂肪油脂食をよく食

べ、さらに保健指導を希望している割合が有意に高かった。②特定健康診査項目についてMetSの診断基準における各項目の該当の有無、GHQ(社会障害、不眠不安、身体症状、うつ傾向)の各項目の該当の有無、また日本高血圧学会の基準による高血圧(拡張期・収縮期)1度および2度の該当の有無について、主観的健康感との関連をカイ二乗検定で検討した。健康でないと回答した者は腹囲およびBMIの該当者の割合が有意に高かったが、他のMetSの項目では有意差は認めなかった。健康でないと回答した者はGHQの社会障害、不眠不安、身体症状の該当者の割合が有意に高かった。また拡張期が高血圧2度に該当する者に健康でないと回答した者の割合が有意に高かった。③主観的健康感を目的変数、カイ二乗検定で有意な項目を説明変数としてロジスティック回帰分析を行った。性、年齢を調整した変数増加法(尤度比)において、睡眠状況、食事速度、保健指導の希望、社会障害、身体症状、拡張期が高血圧2度の6項目が有意な関連を示した。

【結論】

主観的健康感は、うつ傾向を除く精神健康度と関連していた。また、生活習慣において食事速度が早い者ほど健康でないと考える傾向があった。そして、拡張期が高血圧2度に該当する者も主観的健康感が低かった。さらに、腹囲およびBMIという外見上で判断が可能である項目が主観的健康感に関連していた一方で、他の特定健康審査項目は主観的健康感と関連を認めなかった。

保健指導実践者の参加をお願いします。

(連絡先) 山崎恭子 東海大学健康科学部
e-mail : kyoko-y@tokai-u.jp