

人間ドックにおける生活習慣病に関わる検査の有所見者率の推移

健康開発事業団附属診療所管理医 綿引 定清
データ分析 総務係 篠崎 武

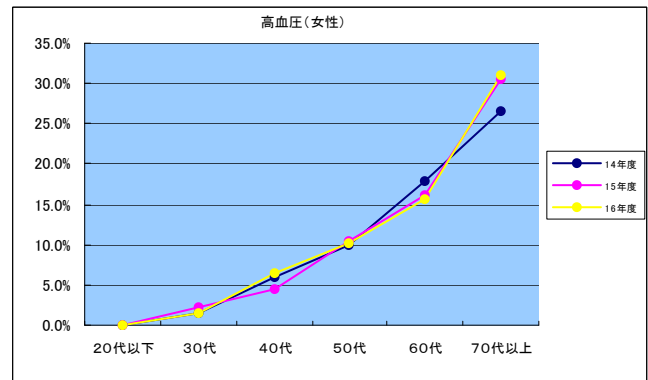
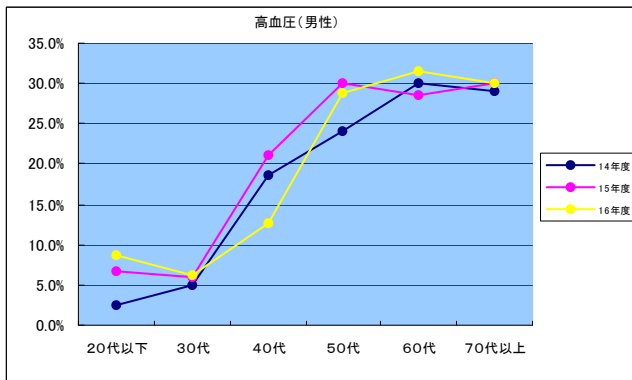
平成14年から3年間にわたり、当ドックの受診者について、生活習慣病の原因である高血圧、肥満、高血糖、高脂血症の有所見者の割合を男女別、年代別に集計したところ、下記のグラフに見られるような結果を得た。

有所見者の割合が男女別、年代別に毎年同様の傾向にある。従って、有所見者の割合を減ずるには、受診者の自覚と運動、食生活、喫煙、飲酒、ストレス等生活習慣を改善するための取り組み及び医師の指導・助言や受診者に対する啓発活動のあり方が今後の検討課題である。

受診者数

	14年度			15年度			16年度		
	男性	女性	合計	男性	女性	合計	男性	女性	合計
20代以下	40	40	80	30	45	75	35	42	77
30代	177	136	313	182	131	313	179	138	317
40代	173	133	306	175	135	310	175	123	298
50代	207	150	357	219	163	382	195	157	352
60代	187	179	366	192	162	354	222	161	383
70代以上	127	98	225	123	85	208	120	90	210
合計	911	736	1647	921	721	1642	926	711	1637

高血圧（140／90 mm Hg 以上）の方・年代別頻度

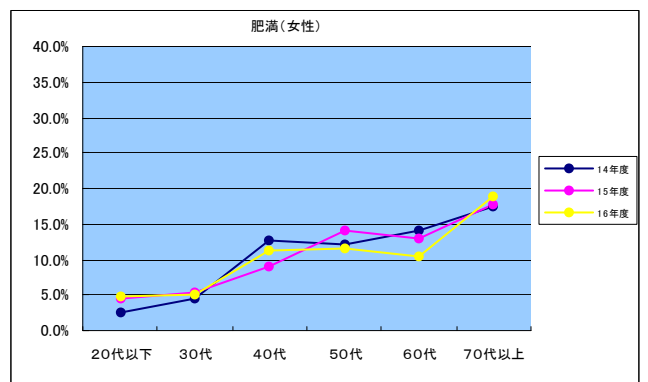
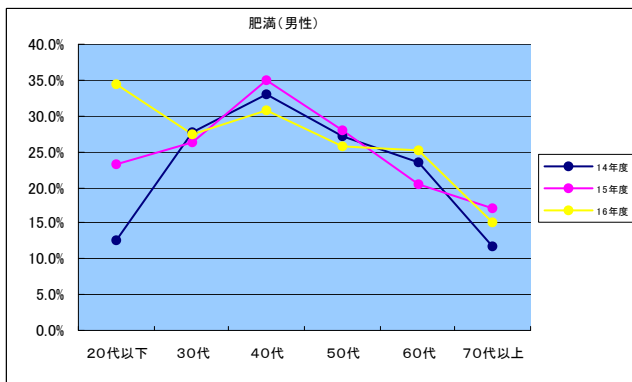


年度間のバラツキは少ない。

男性の場合20、30歳代は5～10%以下と少ないが40、50歳代に急に増加し30%に達する。60、70歳代はあまり変化がなくほぼ同じレベルを維持している。

それに対し女性は年代とともに徐々に増加し70歳代ではほぼ男性と同じ率(30%)になっている。

肥満（BMI 25以上）

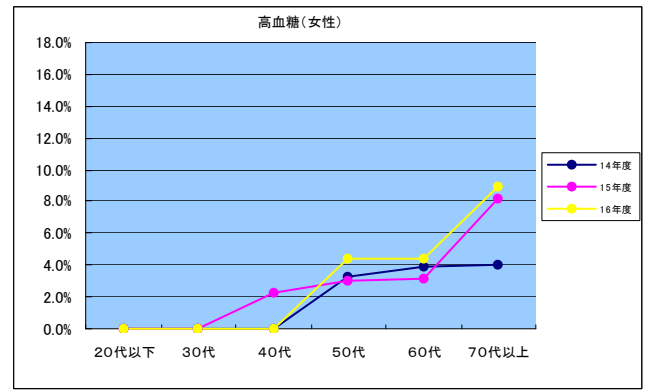
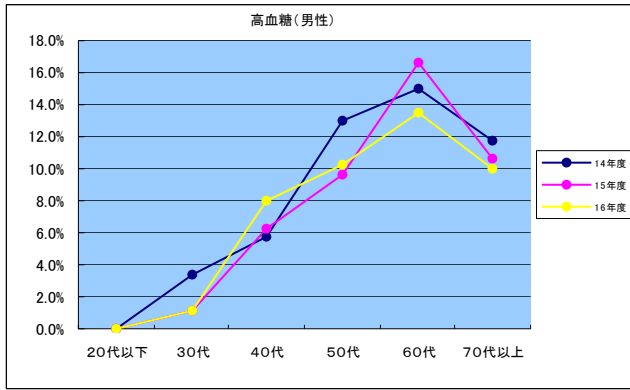


男性は20歳代で年度間のバラツキが多いがこれは受診者数が少ないためと考えられる。

男性は40歳代(30%以上)をピークにその後は年代とともに減少している。

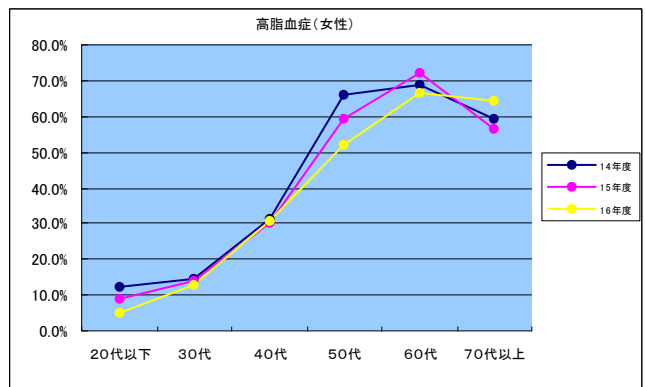
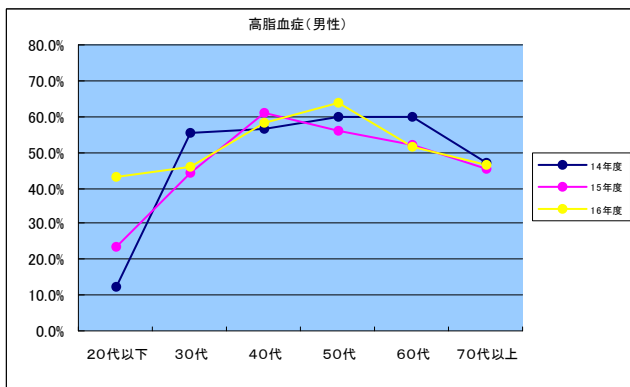
女性は年代とともに徐々に増加する傾向にあるが70歳代でも18%前後で男性より女性のほうが低い。

高血糖（空腹時血糖 126 mg/dl 以上）



男性は年代とともに徐々に増加し60歳代でピークになり70歳代はやや減少する。
女性にはバラツキがあるが年齢とともに増加している。

高脂血症（中性脂肪 150 mg/dl 以上，総コレステロール 220 mg/dl 以上，LDL コレステロール 140 mg/dl 以上のいずれかに該当）



男性は30歳代から高く40～60歳代はほぼ同じ水準で、70歳で少し低下している。
女性には年代とともに徐々に増え50歳代でピークに達し、70歳代では男性同様やや低下している。
女性の場合、男性と比べるとピークは20年遅い。

まとめ

男性は働き盛りの40歳代、50歳代に高血圧、糖尿病の頻度が急増します。肥満と高脂血症は30歳代から増えています。仕事で多忙な年代ですが健康への配慮が必要です。

女性は全て年齢に伴い頻度が高くなりますが、特に閉経期前後(50歳代)より高血圧、高脂血症が増えますので注意して下さい。

参考

メタボリックシンドローム(代謝症候群)とは最近動脈硬化になりやすい状態としてメタボリックシンドロームという概念が提案され、日本でも診断基準が作られました。

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積

ウエスト周囲径 男性 ≥ 85 cm
女性 ≥ 90 cm

(内臓脂肪面積 男女とも ≥ 100 cm² に相当)

上記に加え以下のうち2項目以上

高トリグリセライド血症 ≥ 150 mg/dl
かつ/または

低 HDL コレステロール血症 < 40 mg/dl
男女とも

収縮期血圧 ≥ 130 mm Hg

かつ/または

拡張期血圧 ≥ 85 mm Hg

空腹時高血糖 ≥ 110 mg/dl