

半数が生活習慣病？

帝京大学医学部薬理学 中木敏夫

厚生省（厚生労働省）は生活習慣病についての基礎的な調査を行っていますが、2000 年に
行われた調査結果が今年の春に公表されました。今回の調査は全国から約 5000 世帯を抽出
して、昨年 11 月時点で 30 歳以上の男女 8369 人を対象に実施したものです。この調査結果
に私は驚いたので、この欄で取り上げました。まず、高血圧についてですが、高血圧の定義
がしばしば変わります。2000 年に日本高血圧学会が作成したガイドラインによりますと、
最高血圧 140mmHg 以上または最低血圧 90mmHg 以上を高血圧と定義しています。今回
の調査もこの基準を採用しています。調査対象者のうち、高血圧と判定された人は 51.7%に
も達しています。これが日本全体を偏りなく代表しているとしますと、30 歳以上の日本人
男子の半数以上は高血圧ということです。女性は 39.7%でした。男性を年齢別に見ますと、
30 代では 23.1%、40 代では 40.4%と増え、70 歳以上になりますと 68.9%が高血圧となっ
ています。これはある母集団の半数が病気というのはすでに健康衛生管理が破綻しているこ
とを示していることになるのでしょうか。あるいは何か他の問題があるのでしょうか。病気
とは何か、という問題を哲学的に取り扱う学者の中には、病気などという異質な存在はなく、
いわゆる正常者から見て非常に少数者が有する特性に付けられるレッテルに過ぎないのであ
る、と考えた人もいました。しかし、今回の調査のように母集団の半数も的人が病気となり
ますと病気についてのそのような考え方では対処できないことは明らかです。高血圧症はそ
れがもたらす合併症を防ぐために生活習慣を改めたり、薬を服用したりするわけですが、30
歳以上の半数の男性はそのような合併症予備軍ということなののでしょうか。もしそうである
ならば、大変重大なことであると思います。10 年前の調査と比べますと、男性は全体で 1.4%
増加し、女性では逆に 4.3%減少しています。これらの数字からは、中年以降の男性の健康
が著しく損なわれているといえそうです。

血圧と並んで生活習慣病の代表である肥満や高脂血症はどうでしょうか。日本肥満学会が作
成した肥満症の診断基準によれば、BMI=18.5 未満が低体重、25 以上が肥満となっ
ており、今回の調査でもこれを採用しています。調査対象の男性の内 28.2%、女性の 23.6%
が肥満という判定でした。30 歳以上の男女の約 4 人に一人が肥満なのです。本当ですかと
疑いたくなる結果です。この結果とある程度一致して、血漿コレステロール値も 220mg/dl
以上の高コレステロール血症の人は男性で 25.7%、女性では 34.1%でした。

以上から、30 歳以上の日本人は 3~4 人に 1 人は高血圧症または高脂血症ということにな
ります。今回の調査結果は次のサイトにあります
(<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kenkou/jyunkan/jyunkan00/gaiyo2.html>)。今回の調査の対象疾患は生活習慣を改善すれば軽快すると言われていて、とくに、
飲酒量を減らし、たばこを止め、適度な運動をして、バランスの良い食事をするのが強調
されていますので、これに努めるしかありません。喫煙は男性では減少しているにもかかわらず、女性では増加していることが気になります。看護婦の喫煙率は高いので問題です。こ
れについては別の機会に取り上げたいと思っています。

版權©2000 へるす出版