

糖尿病性腎症重症化予防プログラム開発のための研究 外来受診中の生活習慣病（高血圧）罹患患者の飲酒習慣の実態調査からの検討

研究分担者 樺山 舞

大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻 助教

研究要旨

本研究では、糖尿病性腎症重症化予防プログラム開発のための研究の一環として、病院外来に通院中の生活習慣病（高血圧）罹患患者に着目して、高血圧の重要な危険因子のひとつである多量飲酒という不適切な生活習慣に関する実態調査より、重症化予防のための保健指導の重要性について検討を行った。結果、高血圧治療中であっても不適切な生活習慣である適量を超える量の飲酒を継続している患者の割合は高く、「多職種連携・介入による重症化予防」の必要性と重要性についての知見と示唆を得た。

A．研究目的

生活習慣病治療中者であっても、そのコントロール状況が不良である者の割合は高く、特に高血圧においては、その降圧目標を達成している割合は約25%と言われている。本研究は、糖尿病性腎症重症化予防プログラムを開発する研究の一環として、病院外来受診中の生活習慣病（高血圧）罹患患者に着目して、高血圧の重要な危険因子のひとつである多量飲酒という不適切な生活習慣の実態把握調査から、重症化予防のための保健指導の重要性についての検討を行った。

B．研究方法

大阪大学医学部附属病院高血圧外来に定期受診中の20～74歳の男性85名を対象とした。調査内容は、年齢、日常・機会飲酒量（純アルコールg換算）、飲酒頻度、診察室血圧とした。飲酒量を、飲酒なし、適量（1～39g/日）、ハイリスク量（40～59g/日）、多量（60g以上/日）の4群、また休肝日の有無（禁酒2日以上、未満/週）に分類し解析を行った。

C．研究結果

日常飲酒なし 20人（23.5%）、日常適量飲酒 41人（48.2%）、日常ハイリスク飲酒 12人（14.1%）、

日常多量飲酒 11人（12.9%）、機会飲酒なし 18人（21.2%）、機会適量飲酒 10人（11.8%）、機会ハイリスク飲酒（10.6%）、機会多量飲酒 40人（47.1%）であった。日常飲酒量と診察室拡張期血圧値（DBP）の比較において、ハイリスク量（ $p=0.02$ ）と多量（ $p=0.022$ ）（いずれもDBP：84mmHg）は飲酒なし及び適量（DBP：78mmHg）よりも有意に高値を示した。飲酒頻度について、休肝日無しの者は高血圧である割合が有意に高かった（ $p=0.017$ ）。

D．考察

先行研究において、リスクのある飲酒習慣を有する人と高血圧との関連が報告されている。本研究結果から、日常飲酒量の平均の比較により、特に拡張期血圧の上昇には飲酒の影響が強く出ることが明らかとなった。

高血圧治療中であっても、ハイリスク・多量飲酒習慣がある者が多いこと、年齢に関わらず機会飲酒では多量飲酒する者が多い実態が明らかになった。これらより、定期的に外来で治療中であっても、ハイリスク・多量飲酒が高血圧の一因であることが患者にとって十分に理解されていない、または生活習慣改善に結び付く動機付けがなされていないことが推察された。

以上より、医療機関等の外来における飲酒

習慣改善の保健指導が重要であることが示唆された。前年度の本研究班における糖尿病性腎症の重症化予防の文献検討において、多職種による様々な角度からのアプローチは、腎症がどの段階であっても腎症進展の抑制につながり、医療コストが低下することが示されていたが、今回生活習慣病である高血圧治療中患者の実態調査より、治療中であっても高血圧の重要な危険因子のひとつである多量飲酒という不適切な生活習慣を続けている者の割合が高かったという結果が得られ、生活習慣病を有する者への保健指導は、重症化予防に対して、治療中であっても重要であることが明らかとなった。

E . 結論

高血圧患者における飲酒習慣の実態そして飲酒量と血圧の正の関連性ならびに休肝日の有無と高血圧の関連が示唆された。そして高血圧治療中でも、高血圧の原因となる適量以上の飲酒者が多い実態から、生活習慣の改善や認識が不十分である実状が推察され、外来における保健指導の介入が必要であることが明らかとなった。以上の調査検討より、本糖尿病性腎症重症化予防プログラムにおける対象者への多職種連携および介入は、腎症進展抑制、合併症抑制にとって有効であることが期待された。地域において主治医及び専門医との連携のもと、看護師、保健師、栄養士等の多職種が対象者へ関わる重症化予防プログラムでは、連携の形成と介入によって、有効な成果をあげることが示唆された。

F . 健康危険情報

該当なし

G . 研究発表

1 . 論文

- 1). **Kabayama M**, Mikami H, Kamide K.
Factors associated with risk for assisted living among community-dwelling older

Japanese. Arch Gerontol Geriatr 2016.

- 2). Ryuno H, Kamide K, Gondo Y, **Kabayama M**, et al. *tudinal Association of Hypertension and Diabetes Mellitus with Cognitive Functioning in a General 70-year-old Population: The SONIC Study. Hypertens Res. 2017 (in press)*

2 . 総説

- 1). Kamide K, **Kabayama M**. *Smoking and Lifestyle-Related Diseases. Austin J Drug Abuse and Addict. 2016; 3(1): 1008.*
- 2). **樺山 舞**, 神出 計 *血圧と冠動脈疾患の有病率との関連性 最新冠動脈疾患学(下) 冠動脈疾患の最新治療戦略* ,日本臨牀 vol.74 no6 557-562 2016.8

3. 著書

- 3). **樺山 舞** *高血圧と循環器病の予防と管理 高血圧・循環器病予防療養指導士認定試験ガイドブック 編 高血圧・循環器病予防療養指導士認定委員会 第3章4節酒指導のポイント p91-96 平成 28 年 9 月 27 日発行*

2 . 学会発表

国際学会

- 1). **Kabayama M**, Kamide K, Gondo Y, et al. *association of The Blood Pressure with Frailty Indications among Community-Dwelling Older Man with or Without Antihypertensive Treatment. Hypertension Seoul 2016. Sep.24-29,2016 Seoul KOREA.*
- 2). **Kabayama M**, Mikami H, **Kamide K**. *Population-based Longitudinal Study Using a Multidimensional Checklist to Predict Independence Loss.2016 GSA Annual Scientific Meeting. Nov.16-20, 2016. New Orleans USA.*

国内学会

- 1). Sekiguchi T, Kamide K, Ikebe K, Ryuno H, **Kabayama M**, et al. *Nutrition Elements Influencing on Renal Function Among Japanese General Old Subjects: The SONIC Study. XVIII International Congress on Nutrition*

- and Metabolism in Renal Disease 2016 (ICRNM2016) 平成 28 年 4 月 19-23 日 PO-97 Okinawa
- 2). 関口俊彰, 樺山 舞, 龍野洋慶, 樂木宏実, 神出 計 高血圧、加齢による腎硬化症の進行を約 10 年間経過観察し得た百寿者の一例 第 5 回臨床高血圧フォーラム 平成 28 年 5 月 14~15 日 東京
 - 3). 関口敏影, 神出 計, 池邊一典, 龍野洋慶, 樺山 舞, 他: 地域一般高齢者における腎機能とたんぱく質摂取量との関連について SONIC study を用いた縦断研究 第 58 回老年医学会学術集会 平成 28 年 6 月 8~10 日 金沢
 - 4). 樺山 舞, 神出 計, 樋口温子, 他: 特定保健指導終了者における飲酒習慣別の血圧の検討 第 52 回日本循環器病予防学術学会 平成 28 年 6 月 17~18 日 浦和
 - 5). 赤木優也, 樺山 舞, 神出 計他: 高血圧外来受診中の男性における飲酒量と血圧値の関連 第 52 回日本循環器病予防学術学会 平成 28 年 6 月 17~18 日 浦和
 - 6). 樋口温子, 樺山 舞, 神出 計他: 特定保健指導による脂質プロファイル改善効果の検討 第 52 回日本循環器病予防学術学会 平成 28 年 6 月 17~18 日 浦和
 - 7). 澤山泰佳, 樺山 舞, 清重映里, 井上貴子, 神出 計: 地域在住高齢者における喫煙と認知機能の関連性の検討: SONIC 研究 日本地域看護学会第 19 回学術集会 平成 28 年 8 月 26~27 日 下野
 - 8). 樺山 舞, 神出 計, 龍野洋慶, 他: 身体的フレイル指標および高次生活機能をアウトカムとした高齢者高血圧の治療における降圧下限値の検討 SONIC 研究 第 39 回日本高血圧学会総会 平成 28 年 9 月 30 日~10 月 2 日 仙台
 - 9). 新貝桃佳, 中島早紀, 樺山 舞, 神出 計: 適正飲酒に関する効果的な啓発方法の実践と検討 第 54 回全国大学保健管理研究集会 平成 28 年 10 月 5~6 日 大阪
 - 10). 黄 雅, 樺山 舞, 神出 計他: 在宅医療受療者における認知症合併糖尿病患者のコントロール状態の検討 第 27 回日本老年医学会近畿地方会 平成 28 年 10 月 22 日 大阪
 - 11). 樺山 舞, 神出 計, 渡邊 至, 他: 特定保健指導の効果要因に関する研究 2 特定保健指導の積極的支援中断者の特徴 第 75 回日本公衆衛生総会 平成 28 年 10 月 26~28 日 大阪
 - 12). 幾原亜季, 由田克士, 栗林徹, 奥田奈賀子, 中村幸志, 渡邊至, 樺山 舞, 他 性別・年齢を考慮した特定保健指導の減量達成に關与する食習慣の改善 総合健診医学会第 45 回大会 平成 29 年 1 月 27~28 日 千葉