

軽症高血圧者の登録管理指導における 効果的な保健活動のあり方

福野保健所

小坪 昭子[※], 中田 慶子[※](所長), 小西 鉄作[※],
藍口 陽子[※], 嶋田 潤子[※], 福沢 栄子[※],

利賀村役場

木田 英昭, 斉藤 千代美

(現在 ※高岡保健所, ※※富山保健所, ※※※県厚生部医務課)

はじめに

地域における高血圧予防対策の強化にと
ない要治療には至らないまでも、指導の対
象となる軽症高血圧者が近年増加の傾向を
示している。このような対象には従来のごと
く断片的な保健指導ではなく、継続的な教
育は勿論、軽症高血圧者における自己管理
能力の育成が要請されている。そこで私達
は、昭和58～61年度にわたり軽症高血圧
者の登録を行ない、その結果を通じて効果
的な保健活動のあり方を考察した。

対象・方法

利賀村(総人口1170人, 世帯数312戸)は
山間僻地の豪雪地帯であり、その地区の40
～64歳(人口453人)を対象に4年間の健
診(毎年6～7月)で軽症高血圧者(WHO/IS
Hにもとづき最小血圧90～105mmHg)につ
いて、継続的な血圧管理、家族歴、健康意
識調査、生活及び心身機能低下状況の把握
等を行ない、家族保健指導並びに健康教育
を展開した。

結果・考察

1. 年度別受診者数

4年間における年度別受診者は、58年度
211人(40.3%：各年度の対象年齢者数に
対する

受診率)、59年度157人(30.3)、60年度
295人(58.9)61年度270人(59.6)と増
加し、その間の受診者実数は370人であ
った。

2. 高血圧者の比率

370人を血圧値によって3区分すると、
(1)正常血圧者259人(70.0%)—健診4
回のうち、2回以上の受診者で一度も血
圧異常を指摘されなかった者 (2)軽症高
血圧者109人(29.5)—4回のうち一度
でも軽症高血圧と指摘された者 (3)高血
圧者2人(0.5)—初年度に高血圧とされ
た者

3. 軽症高血圧者の次年度以降の健診状況

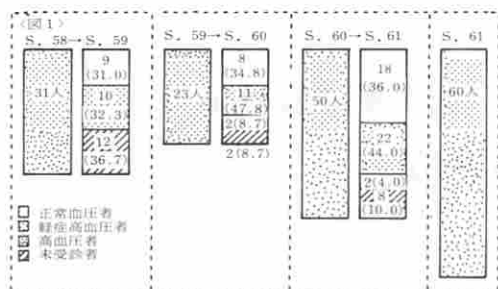
〈図1〉

(1)58年度の軽症高血圧者は31人で、
この59年度の血圧変化は正常9人(31.0%)
、軽症高血圧が持続していた者10人(32.3)
、高血圧者0人、未受診者12人(36.7)
であった。又前年度に軽症高血圧と判定
され、そのまま次年度に移行した者は、
59年度が47.8%、60年度は44.0%
であった。

(2)58年度の軽症高血圧者31人の経年
変化をみると59年度10人、60年度13
人、61年度11人で、4回とも軽症高血
圧と判定された者は3人であった。

(3)次年度以降の受診率は、59年度63.3%
、60年度91.3%、61年度90.0%と受診
率の上昇を

みた。



4. 軽症高血圧者の次年度以降の血圧値に対する本人の考え方の調査状況

1) 2回以上の受診者(103人)を、①軽症高血圧から正常血圧に好転した者 ②再度軽症高血圧となった者 ③高血圧に変化した者 ④前年に正常だったが、軽症高血圧になった者の群に区分してそれぞれ本人の考え方を聴取した。

2) 事例としては、(1)血圧軽→軽→正→正と変化した群では高齢で運転に慣れていなかったため、食事を考えて食べるようになったため、甘茶づるをのんでいるための答があった。(2)血圧軽→高と変化した群では、飯場の炊事担当で夫がふえ過労働となったため、嫁がして心労が多かったためなどであった。

5. 継続受診者の血圧変化の要因

3～4ヵ年間継続受診している軽症高血圧者の総合健診結果及び健康情報等から、血圧変化の要因を推測した。

1) 事例から (1)血圧軽→正→正と好転した群では、チェーンソー作業で神経性難聴となったが聴力障害に順応、子供の離村により夫婦二人暮らしの生活の慣れ、織物の座位作業から屋外作業へと転職、床義歯による咀嚼・発声の慣れ等が推測された。(2)血圧正→正→軽と変化した群では、急激な体重の増加、食事のアンバランス・塩分摂取量の増加、物忘れ気力低下、両親が高血圧 (3)血圧軽→軽→軽の群では、眼底・心電図有所見の継続、看病疲れによる睡眠不足、お茶漬・ふりかけの多い食習慣がみられた。

6. 高血圧ハイリスク家系のファミリースコア

61年度の健診時において、ファミリースコア調査(特に高血圧を代表とする慢性疾患について)を面接によって実施し、ハイリスク家系に対する管理対応の資料とした。

(1)被調査数は、本人176人、両親及び兄弟1141人で、死亡者については家族や知人に聞き、県外在住の兄弟等は電話で確認していただくなど、住民の積極的協力による調査であった。〈表1〉(2)本調査を本人が実施することにより、家系全体の疾病傾向がわかり、健康の願い及び自己管理能力を高める結果となった。

〈表1〉

区分	軽症高血圧者	正常血圧者
<-1.0	9 (18.0%)	33 (26.2%)
-1.0 ≤ < 0.0	24 (48.0)	62 (49.2)
0	10 (20.0)	23 (18.3)
0.0 < < 1.0	5 (10.0)	8 (6.3)
1.0 <	2 (4.0)	0
計	50 (100.0)	126(100.0)

(3)ファミリースコアがやや高い(0.01以上)者は、軽症高血圧群では50人中7人(14.0%)、正常血圧群では126人中8人(6.3%)の結果が得られ、有意差を認めた。

7. 保健指導の概況

以上の健診及び調査結果をもとに、保健指導(個別、集団)を展開した。〈表2〉

(1)59年度から中高年齢者の食生活、生活実態調査、健康意識調査を実施し、きめ細かく指導を行なった。(2)保健指導車で土木現場等へ出向き、血圧と日常生活との関係を認識させた。(3)喫煙指数600以上の者、さらに有呼吸器症状の者に肺がん検診の喀痰細胞診を実施し、禁煙を意識づけた。(4)血圧が正常でも、両親の血圧が高い者には、軽症高血圧者と共に健康教育等の積極的参加を呼びかけた。(5)軽症高血圧者に血圧の変化をどのように受けとめ考えているかを聞き、個別的な保健指導を行なった。(6)健康教育を魅力あるものにするた

〈表2〉

区 分	健康教育	健康相談	集団健診	家庭訪問
S 58 年 度	408人12回	303人27回	639人12回	88人
S 59 年 度	1006人28回	450人28回	598人12回	135人
S 60 年 度	1587人37回	605人30回	904人18回	221人
S 61 年 度 見 込 (4月～9月実施)	1900人45回 (1208人26回)	800人60回 (470人32回)	950人18回 (607人12回)	250人 (149人)

め、疾病予防から健康習慣づくりをめざしグループ討議をとり入れ、健康について個人、家族のみならず、地域のとりくみについて話し合った。毎年寸劇をとり入れ、出席者が増加し、20～30才の青年層へ活動の輪が拡大した。(7)健康教育等の参加は〈表2〉のごとく年々増加をみ、これは各人、各家庭が保健行動を実践しているものと考えられた。

ま と め

1. 僻地における健診については、僻地中隔病院、診療所、地域の農村医学研究会の協力のもとに、内科、外科、整形外科、耳鼻科、眼科及び各種がんの総合的な健診を実施し、効果的で一貫性のある健診事業体制をつくった。

2. 健診の結果では、軽症高血圧者は受診者の3分の1を占めており、意識の高揚をはか

るため軽症高血圧者登録管理事業を展開した。その結果、次年度以降の受診率が年々上昇した。

3. 軽症高血圧者の自己管理能力の育成をめざし、様々なアプローチを行なった。特に本人の血圧変化に対する自己判断を聞き、私達は健康情報等から血圧変化の要因を推測して、家族保健指導を進めながら本人の健康課題達成のサポートに努めた。

今後、本事業を基盤に、現在血圧値が正常範囲内であっても、ファミリースコアの高い人は将来高くなる可能性があるため、軽症高血圧者と同様に適切なる保健指導を実施したいと考えている。

御指導御協力いただきました諸先生方に深く感謝の意を表します。

昭和61年度大同生命厚生事業団医学研究助成の報告から