

## 成人病検診における問診内容の検討（第2報）

— 塩分摂取状況と血圧値 —

富山県厚生連高岡総合検診センター 渋谷 直美  
富山県農村医学研究会 大浦 栄次

### はじめに

検診において、問診は受診者の生活を知り検診後の健康相談の指針とする上で重要である。前回、我々は本誌において、問診の野菜、塩分、魚類、肉類、大豆製品、菓子の摂取状況と、肥満度、血圧値、総コレステロール、HDL-コレステロール、中性脂肪の値との関連について報告したが、問診結果と各検査項目と関連があったのは、菓子の摂取と男女の肥満度、および女性の中性脂肪のみであった。

今回は、問診内容を変え、塩分の嗜好および塩分摂取習慣と血圧値について関連性を検討したので報告する。

### 対象と方法

1990年に日帰りドックを受診した2591名を対象に問診内容の塩分の嗜好と血圧値の関連又塩分摂取習慣と血圧値の関連を検討した。

受診者は男性1180名、女性1411名で、40代、50代、60代で全体の85.9%を占めている。（表1、図1）問診内容の変更については別に図1、図2に示す。

図1 日帰りドック受診者

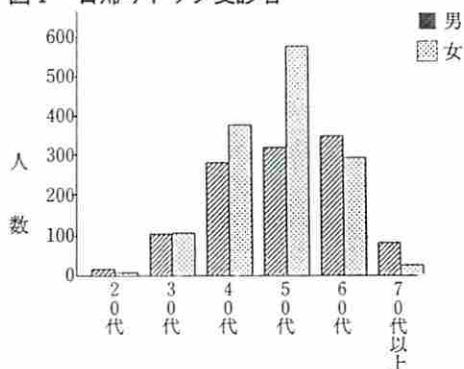


表1 日帰りドック検診受診者

	20才代	30才代	40才代	50才代	60才代	70才以上
男	22	110	287	325	352	84
女	11	112	382	582	297	27

表2 旧来の塩分摂取に関する問診票

- 塩からい物について
- 毎食食べる
  - はほぼ毎食とる
  - 週に3～4日
  - あまり食べない

表3 新しい塩分摂取に関する問診票

- 塩からいものが好き
- 塩からい方が好き
  - どちらかと言えば塩からい物が好き
  - 普通
  - 塩からい物は余り好きでない
  - 塩からい物は嫌い
- 塩分の食習慣について（該当するものすべてに）  
／印をして下さい。
- 焼魚にしょうゆをかける。
  - 漬けものにしょうゆをかける
  - カレーにソースをかける。
  - おひたしは味みせずにしょうゆをかける
  - 刺身にたっぷりしょうゆをかける
  - めん類の汁はすべて飲む

## 結 果

- 血圧値は年齢が上がるほど高くなる。
- 塩分の嗜好に関しては、塩からい物が好きな人と塩からい物がきらいな人との間には、有意な差はない。これは男女別にしても、あるいは40代、50代、60代と年代別にしても同じ結果である。(表4、図2、図3)一応、最低血圧についてもみてみたが、結果は最高血圧と同じく有意な差は認められない。(図4、図6)
- 塩分の習慣別に血圧の平均値の変動をみた

が、どれも有意な差はなかった。塩分習慣に関しては複数回答ありで多い人ではすべてにチェックしている人もあった。対照群としてチェックが1つもなかった人をあげた。一般的に漬物にしょうゆをかけるというのはもってのほかだが、実際の血圧は他の習慣と変わらないという結果がでた。(表5、図6)最低血圧についても結果は同じである。(図7)

○ 塩分習慣をみると、男性で多いのは焼魚にしょうゆをかける715名(男性の60.6%) 刺身にたっぷりしょうゆをかける609名(男性の51.6%) めん類の汁はすべて飲む477名(男性

図2 塩分摂取別血圧値(最高血圧, 男)

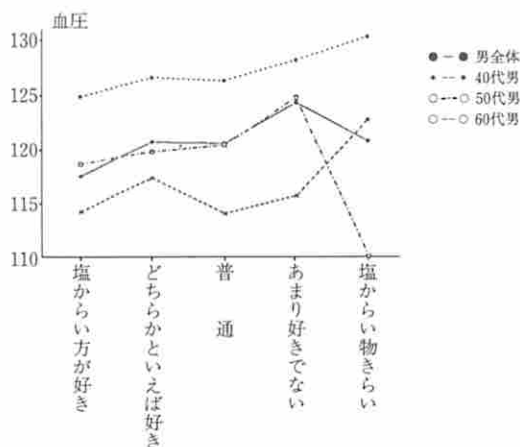


図3 塩分摂取別血圧値(最高血圧, 女)

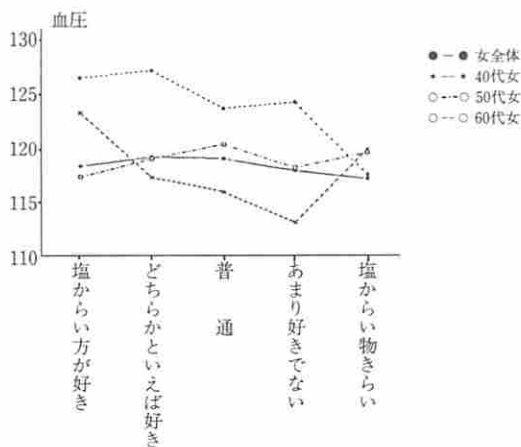


図4 塩分摂取別血圧値(最低血圧, 男)

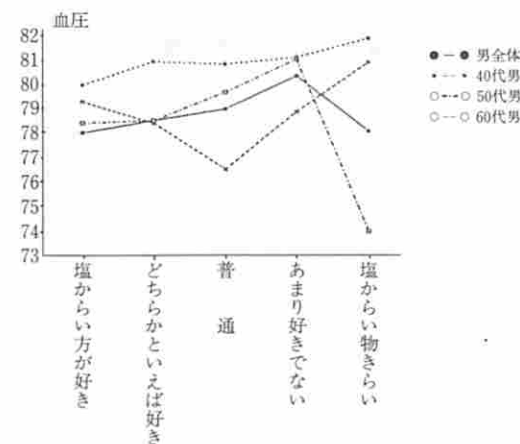


図5 塩分摂取別血圧値(最低血圧, 女)

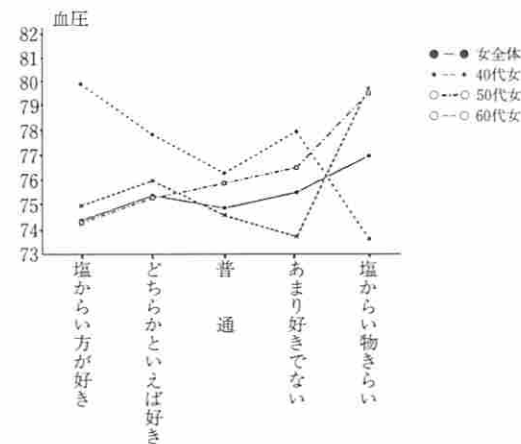


表4 塩分摂取に対する血圧値（最高血圧）

	全 体		40代		50代		60代	
	男	女	男	女	男	女	男	女
塩からい方が好き	117.4	118.4	114.1	123.3	118.5	117.4	124.6	126.5
人 数	93	37	20	8	23	14	24	8
どちらかといえば好き	120.4	119.1	117.1	117.2	119.5	118.9	126.2	127
人 数	412	256	113	91	114	91	117	51
普 通	120.3	119	113.8	115.9	120.1	120.3	125.9	123.6
人 数	460	109	109	180	134	271	135	140
あまり好きでない	123.9	115.5	115.5	113.1	124.4	118.3	127.8	124.3
人 数	176	40	40	93	45	182	65	86
塩からい物きらい	120.6	122.5	122.5	120	109.7	119.7	135.8	117.6
人 数	28	4	4	10	7	21	8	9

表5 塩分習慣に対する血圧値（最高血圧）

	40代		50代		60代	
	男	女	男	女	男	女
焼 魚 に し ょ う ゆ	115.2	115.3	119.8	119	126	126
人 数	195	208	178	253	217	131
漬 物 に し ょ う ゆ	116.4	115.3	120.8	118.5	126.7	123.4
人 数	94	73	107	92	106	52
カ レ ー に ソ ー ス	116.5	116	117.6	117.2	125.8	123.6
人 数	70	53	76	49	74	23
お ひ た し 味 み せ ず し ょ う ゆ	116.3	116.9	120.1	120	126.6	125.9
人 数	85	73	65	120	81	76
刺 身 に た っ ぷ り し ょ う ゆ	115.9	117.3	119.6	118.6	125.3	124
人 数	153	101	158	165	193	84
め ん の 汁 は す べ て 飲 む	115.8	116.4	121.4	114.2	123.9	123.8
人 数	110	56	129	95	137	64
チ ェ ッ ク な し	115	115.7	118.9	120.5	129.8	124.7
人 数	20	100	48	190	34	82

図6 年代別食習慣別血圧値（最高血圧）

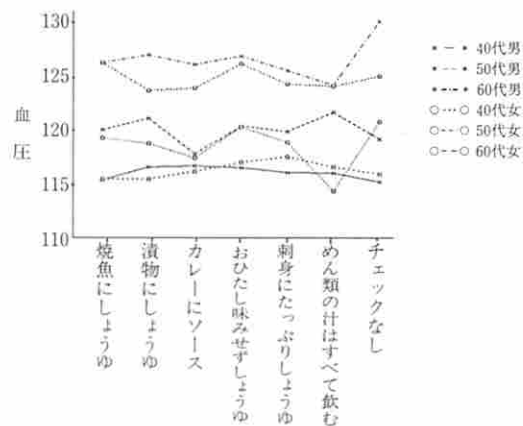


図7 年代別食習慣別血圧値（最低血圧）

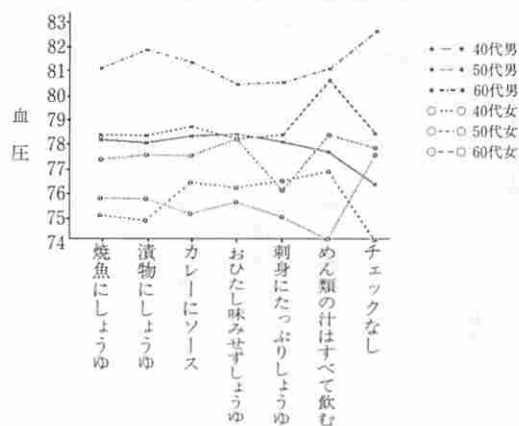


表6 塩分習慣別人数

	塩からい方が好き		どちらかといえば好き		普通		あまり好きでない		塩からい物きらい	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
焼魚にしょうゆ	85	31	299	168	248	318	75	134	8	9
漬物にしょうゆ	63	18	184	89	106	109	17	24	0	2
カレーにソース	34	10	115	38	88	59	25	23	4	4
おひたし味みせずしょうゆ	37	22	138	93	84	122	19	55	1	5
刺身にたっぷりしょうゆ	67	22	280	123	203	188	52	55	7	8
めんの汁はすべて飲む	64	14	211	51	147	117	48	45	7	6

図8 塩分習慣(男) 塩からい物きらい

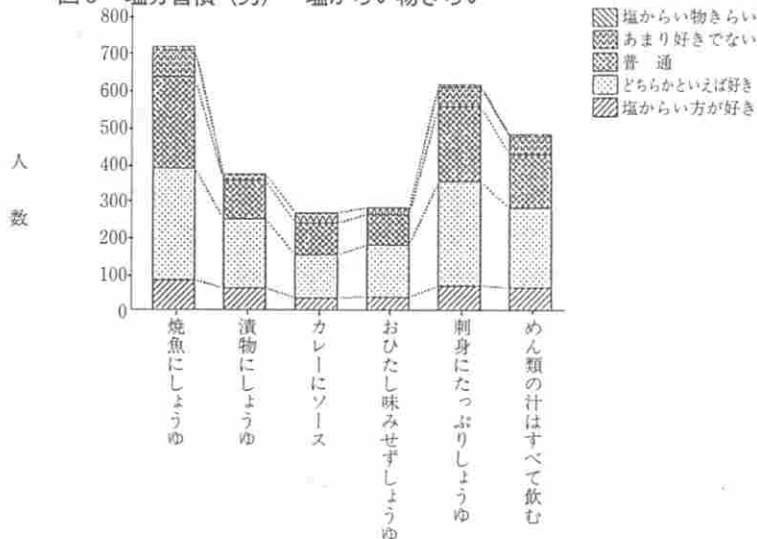
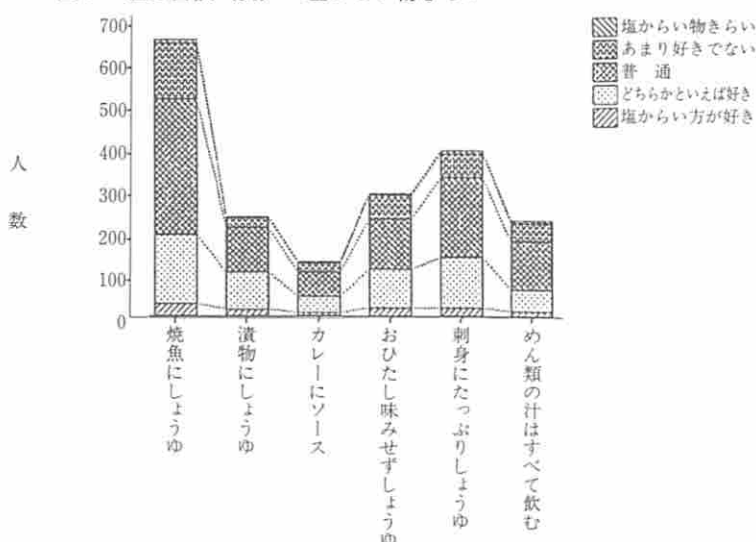


図9 塩分習慣(女) 塩からい物きらい



の40.4%)である。塩分の嗜好もあわせてみると、塩からい物が好き、どちらかといえば塩からい物が好きな人で各塩分習慣の半分以上を占めているが、塩からい物はあまり好きではない、塩からい物はきらいと答えているのに、カレーにソースをかけたり、めん類の汁はすべて飲んでいる人がいる。(表6、図8)○女性の塩分習慣をみると、やはり焼魚にしょうゆをかけるが一番多い(660名、女性の46.8%)。次に刺身にたっぷりしょうゆをかける(393名、女性の27.9%)になっている。男性の場合と違うのは、男性では塩からい物が好き、どちらかといえば塩からい物が好きな人で各塩分習慣の過半数を占めていたのに対し、女性では塩からい物は普通だと答えている人が半数近く占めている。ただし、全体の比率からいうと、焼魚にしょうゆをかけるのは男性では全体の60.6%に対し、女性は50.6%、刺身にたっぷりしょうゆをかけるでは男性は51.6%に対し、女性は27.9%、めん類の汁はすべて飲むでは男性は40.4%に対し、女性は16.5%にしかすぎない。全体的には、男性より女性の方が塩分を使う習慣が少ないようである。(図9)

## 考 察

前回は、問診の塩分摂取量と血圧値の関連

(問診の内容は、塩からい物を毎食食べる、ほぼ毎食とる、週に3~4日、あまり食べないに分けてチェックをつけてもらう)をみたが有意な差はなかったため、今回は嗜好に目を向けて問診のとり方を変え、血圧値との関連をみてみたが、これも有意な差はえられなかった。1つの理由として、血圧が高いといわれた人の中には塩分をひかえるよう指導されそれを実行していることが考えられる。

塩分嗜好が普通又はあまり好きでないと答えているのに漬物にしょうゆをかける習慣がある人は全体の9.9%約10名に1名の割合でいるのは注目すべき点である(男性の10.4%、女性の9.4%)。また、塩からい物はきらいと答えているのにカレーにソースをかけたりしてソースは塩分でないという感覚になってしまっているようである。食習慣を見直す自分ではとっていないつもりでも、知らぬ間に塩分をとっていることがあるということを確認する結果が得られた。

この問診からは、塩分をとりすぎると血圧が高くなるという結果は得られなかったが、塩分のとりすぎは高血圧をはじめ動脈硬化等の成人病につながることは確かな事実である。今後も問診の内容をもっと検討し、よりよいものにしていきたいと考えている。