

## 職員検診における高コレステロール血症既往者の実態調査

厚生連高岡総合検診センター

佐伯 久子, 福田 久美子, 白井 悦子

### はじめに

高脂血症はコレステロールや中性脂肪が多くなり、自覚症状はないが動脈硬化を誘発する因子となるため自己管理が重要となる。厚生連高岡病院の職員検診で、高脂血症と指摘される人が職員全体の2～3割を占めている。そこで今回、高コレステロール血症に着眼し、その既往のある人は、食生活及び運動習慣に問題があるのではないか、またその背景がコレステロールにどのように影響を及ぼしているかと考え、アンケート調査を行った。その結果、若干の考察を加えて報告する。

### I. 調査方法

1. 方法：職員検診の個人成績表と当センターで作成したアンケート用紙を配布し、アンケート記入後回収した。その結果により、既往あり群（過去及び現在、コレステロールが高いと指摘されたことのある職員）と既往なし群（過去及び現在、コレステロールが高いと指摘されたことのない職員）に分類し比較した。
2. 対象：平成11年度の職員検診を受けた820人
3. 研究期間：1998年12月10日～1999年9月24日
4. 解析方法：アンケートを集計し、統計処理はSPSSによる分散分析と $\chi^2$ 検定を使用した。

### II. 結果と考察

#### ・アンケート集計結果

アンケートの有効回収数（率）は635人（77.4%）であり、男性88人（13.9%）、女性547人（86.1%）であった。

#### ・対象の属性

	既往あり群	既往なし群
全体	168人	467人
平均年齢	40.7歳	35.5歳
男性	31人	57人
平均年齢	41.4歳	36.9歳
女性	137人	410人
平均年齢	40.6歳	35.3歳

#### ・既往の有無と勤務形態について

既往の有無と勤務形態については、有意差はみられず、今回の調査では日常生活リズムの違いがコレステロールに関与するとは言い難い。

#### ・既往の有無と血縁関係について（図1）

既往あり群の中で、血縁関係でコレステロールの高い人あり81人（48.2%）、なし49人（29.2%）、わからない35人（20.8%）、無回答3人であった。既往なし群の中で血縁関係でコレステロールの高い人あり131人（28.1%）、なし184人（39.4%）、わからない111人（23.8%）、無回答41人であった。 $\chi^2$ 検定の結果有意差（ $P < 0.05$ ）があり、既往あり群には血縁関係でコレステロールの高い人が多く、従来からいわれている通り高コレステロール血症は、

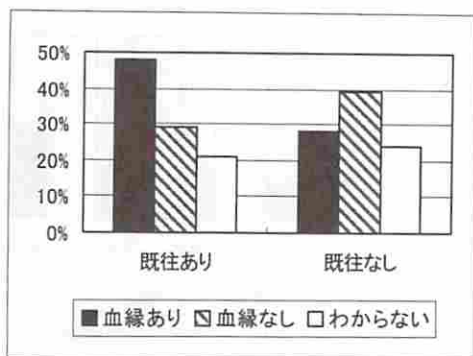


図1 既往の有無と血縁関係

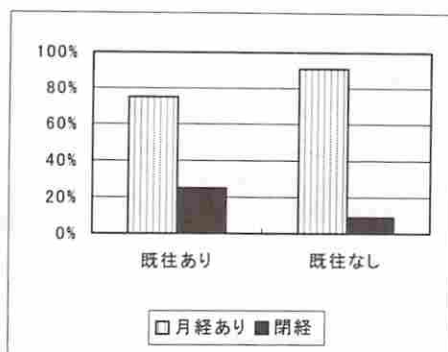


図2 既往の有無と月経との関係

遺伝的素因が関与している。

・既往の有無と月経について (図2)

既往あり群の中で、月経あり103人(75.2%)、閉経34人(24.8%)であり、既往なし群の中では、月経あり362人(90.7%)、閉経37人(9.3%)、無回答11人であった。 $\chi^2$ 検定の結果有意差( $P < 0.05$ )があり、既往あり群には閉経の人が多く、閉経による女性ホルモンの減少により高コレステロール血症となることを示唆している。

・既往の有無と肥満について (表1)

既往あり群の中で、やせ・普通137人(81.5%)、過体重21人(12.5%)、肥満10人(6.0%)であり、既往なし群の中では、やせ・普通427人(91.4%)、過体重31人(6.6%)、肥満9人(1.9%)であった。 $\chi^2$ 検定の結果有意差

( $P < 0.05$ )があり、既往あり群には過体重、肥満の人が多く。

・年代別の既往の有無について (図3.4.5)

既往あり群の中で20歳代は36人(21.4%)であり、20歳代全体の17.0%を占めている。30歳代は33人(19.6%)であり、30歳代全体の23.1%を占めている。40歳代は54人(32.1%)であり、40歳代全体の29.0%を占めている。50歳以上は45人(26.8%)であり、50歳以上全体の47.9%を占めている。年代別高脂血症で中村<sup>1)</sup>は「動脈硬化は10~20歳代より始まり、静かに進行しながら40歳代後半を過ぎてから症状が現れる性質のものであるから、自覚症状のない時点からの注意が大変重要である」と述べている。当院の20歳代職員で既往のある人に対しても、高コレステロール血症

表1 既往の有無と肥満

	肥満度 (BMI)	やせ・普通 (24.2未満)		過体重 (24.2~26.3)		肥満 (26.4以上)		計	
		人数	率	人数	率	人数	率	人数	率
既往あり群	男	17	54.8%	9	29.0%	5	16.1%	31	100.0%
	女	120	87.6%	12	8.8%	5	3.6%	137	100.0%
	計	137	81.5%	21	12.5%	10	6.0%	168	100.0%
既往なし群	男	47	82.5%	5	8.8%	5	8.8%	57	100.0%
	女	380	92.7%	26	6.3%	4	1.0%	410	100.0%
	計	427	91.4%	31	6.6%	9	1.9%	467	100.0%

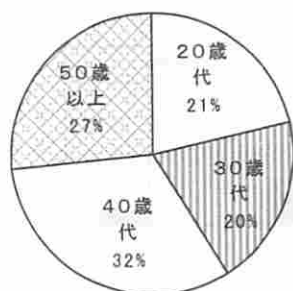


図3 既往ありの年代構成

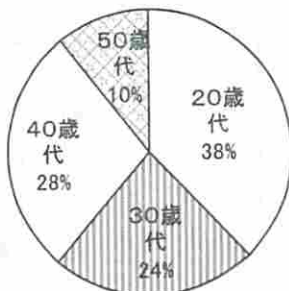


図4 既往なしの年代構成

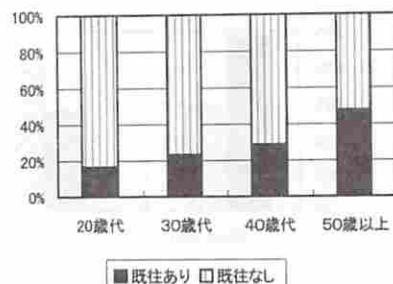


図5 年代別既往の有無

の危険性を警鐘していかねばならない。又、40歳代以上の既往あり群は半数以上を占め、「自覚症状がないから」「面倒だから」と放置すれば、動脈硬化を誘発する危険因子となるので、自分の健康は自分で守るという認識が必要と考える。

・既往の有無と食事について

1週間の食品摂取頻度を集計し、分散分析の結果、既往の有無と鶏卵の摂取頻度について有意差 ( $P < 0.05$ ) があり、既往あり群は

鶏卵の摂取頻度を控えているといえる。他の食品については、有意差はみられなかった。

既往の有無と食生活の留意点のうち、「アルコールを控える」、「肉を控える」、「牛、豚肉の脂身を控える」、「油を控える」、「バター、バターの多い洋菓子を控える」、「チーズ、高脂肪アイスを控える」、「卵を控える」、「たんぱく質を多くとる」の8項目について有意差 ( $P < 0.05$ ) がみられた。他の11項目には有意差はみられなかった。(表2) 既往あり群

表2 既往の有無と食生活留意のクロス

食生活で気をつけている事	$\chi^2$ 値	(有意水準)
1. アルコールを控える	10.193	(0.003)
2. 肉を控える	9.595	(0.003)
3. 砂糖を控える		—
4. 牛・豚肉の脂身を控える	8.454	(0.006)
5. 油を控える	11.323	(0.001)
6. バター・バターの多い洋菓子を控える	5.372	(0.023)
7. チーズ・高脂肪アイスを控える	7.258	(0.012)
8. 卵を控える	59.620	(0.000)
9. インスタント食品を控える		—
10. ご飯・パン・麺類などの主食を控える		—
11. 野菜を多くとる		—
12. 果物を多くとる		—
13. 蛋白質を多くとる	4.205	(0.046)
14. 肉を多くとる		—
15. 魚を多くとる		—
16. 食物繊維を多くとる		—
17. 食べ過ぎない(エネルギー制限)		—
18. バランスよく食べる		—
19. その他		—

—は有意差なし

で総コレステロール値が220mg/dl以下の人は221mg/dl以上の人と比べて「卵を控える」、「インスタント食品を控える」について有意差 ( $P < 0.05$ ) がみられた。このことより、実際控えた方がよいと思われる動物性油脂、乳脂肪や乳脂肪の多い洋菓子、鶏卵等の食品は理解されている。しかし、野菜、食物繊維、食べ過ぎない、バランスよく食べるについては有意差が認められず、食生活の留意点に偏りがあり、十分理解されていない傾向にあると考える。

・既往の有無と運動について

既往あり群で運動習慣あり34人 (20.2%)、なし134人 (79.8%) であり、既往なし群では運動習慣あり92人 (19.7%)、なし375人 (80.3%) であった。既往の有無と運動習慣の有無について、 $\chi^2$ 検定の結果有意差はみられなかった。運動習慣のない人は、既往の有無に関わらず8割を占めている。中村<sup>1)</sup>は「運動によってHDLコレステロールを合成する酵素の働きが活発になる。」と述べており運動療法の効果を認識する必要がある。今回の調査で高コレステロール血症既往あり群の背景が明らかになった。自覚症状のないことが多いために、日常生活上での自己管理をし続けることが難しいように考える。

今後私たちは、職員自身が食事並びに運動療法の必要性を認識し、自己効力、自分ではできるという自信を持てるように働きかけていきたい。

#### IV. ま と め

1. 高コレステロール血症既往のある人は、既往のない人に比べて鶏卵を控えている。
2. 高コレステロール血症について控えた方がよいと思われる食品は理解されている。しかし摂取してほしい食品は理解が薄い。
3. 運動習慣のない人は約8割を占めていた。

#### 引 用 文 献

- 1) 中村治雄：高脂血症 動脈硬化の生活ガイド、医歯薬出版株式会社、p42, p133, 1997年。

#### 参 考 文 献

- 1) 池田義雄：肥満・肥満症の指導マニュアル、医歯薬出版株式会社、1997年。
- 2) 上島弘嗣・岡山明：コレステロールを下げる健康教育 新しいプログラムの手引き、保健同人社、1997年。
- 3) 加藤育子他：職業別にみた健康・生活習慣、日本公衆衛生雑誌、第39巻、第11号、1992年。
- 4) 中谷矩章：高脂血症の治療の進歩 食事・運動療法、内科、81巻、2号、1998年。
- 5) 新田紀枝：幼児を持つ母親の心身の状態の分析と地域における育児支援、第29回日本看護学会論文集、地域看護、1999年。
- 6) 望月諤子他：動脈硬化の危険因子と食事習慣との関係について、日本人間ドック学会誌、Vol. 13、No. 3、1998年。