

精神的健康関連 QOL と incident disability との縦断的関連

奈良県立医科大学 県民健康増進支援センター

富岡公子、嶋 緑倫、佐伯圭吾

【背景】健康関連 QOL (HRQOL: Health Related Quality of Life) を保つことは健康長寿の秘訣とされており、高齢者の HRQOL が基本的 ADL や手段的 ADL と関連することが報告されている。しかしながら、先行研究は横断的関連を指摘しており、また HRQOL と ADL との関連は主に身体的 HRQOL で説明されている。そこで、本研究では、地域在住高齢者の精神的 HRQOL が身体的 HRQOL を含めた potential cofounders とは独立して、incident disability の予測因子であるかどうかを検討した。

【方法】奈良県の A 自治体は、2016 年に 65 歳以上の全住民 16,010 名を対象とした郵送法によるアンケート調査を行い、10,009 名 (62.2%) から回答を得た。HRQOL は SF-8 日本語版を用いて評価した。SF-8 の 8 つの下位尺度をもとに算出される 2 つのサマリースコア「身体的健康」と「精神的健康」のうち、本研究では「精神的健康」を精神的 HRQOL と定義し、精神的 HRQOL を 5 分位階級した (基準は最も低い第 1 階級)。incident disability は介護保険制度の認定状況により評価した。ベースライン時に介護保険による未認定者を 3 年間追跡し、追跡時認定者を incident disability と判定した。説明変数は精神的 HRQOL とし、一般化推定方程式のポアソン回帰モデルを用いて、incident disability に対する Cumulative incidence ratio (CIR) と 95%信頼区間 (CI) を算出した。調整変数には年齢、婚姻状況、家族構成、学歴、主観的経済感、仕事の有無、BMI、現病歴 (高血圧、脳血管疾患、心臓病、および糖尿病)、生活習慣 (飲酒、喫煙、運動)、心身の機能 (認知機能、うつ症状、手段的 ADL)、および身体的 HRQOL を用いた。高齢期の HRQOL や incident disability の予測因子には性差が指摘されているので、性別層化分析を行った。

【結果】解析対象者は、ベースライン時にすでに介護認定を受けていた 892 名、HRQOL の欠損値をもつ 309 名、追跡不可 475 名を除外した 8,333 名 (平均年齢 73.3 ± 5.9 歳、男性割合 46.3%)。解析対象者における 3 年間の累積罹患率は男性 6.6%、女性 8.1%であった。男女共に、精神的 HRQOL が高くなるほど、incident disability のリスクが低くなる傾向が認められた [男性: Q2, CIR=1.09 (95% CI=0.80–1.48); Q3, 0.58 (0.40–0.85); Q4, 0.90 (0.59–1.37); Q5, 0.70 (0.48–1.02); P -trend=0.026] [女性: Q2, 0.76 (0.58–1.00); Q3, 0.62 (0.46–0.84); Q4, 0.73 (0.53–0.99); Q5, 0.63 (0.48–0.85); P -trend=0.003]

【結論】本研究より、精神的 HRQOL を維持・向上させる対策を講じることが、要介護状態の予防につながる可能性が示唆された。