

■研究・実践の課題（テーマ）

最適化保健指導法の構築

■主任研究者 藤木理代

■共同研究者 近藤志保

■研究・実践の目的、方法、結果、考察や提案等の概要

【目的】

健康診断結果は、測定時点の健康状態判定に用いられている。さらにこの健診結果から翌年の疾病改善・悪化に影響する因子がわかれば、保健指導における目標設定の期間や取り組み方法、また検査項目限定による時間や予算の抑制につながる。本研究では特に LDL コレステロール（LDL）値の変動に着目し、改善に影響する因子を明らかにした。

【対象】

過去 3 年の健診結果のある者で、脂質異常症治療薬を服薬していない、文書により同意を得た男性 351 名（平均年齢 51 ±5 歳）、女性 361 名（平均年齢 49 ±3 歳）を対象とした。

【方法】

3 年目の LDL 値を目的変数に、過去 3 年の BMI、腹囲、収縮期血圧、拡張期血圧、中性脂肪(TG)値、HDL コレステロール（HDL）値、LDL 値、血糖値、HbA1c 値の推移と運動習慣、身体活動の有無を説明変数に CHAID 分析を行い、LDL 値改善予測モデルを作成した。本研究は、名古屋女子大学「ヒトを対象とする研究」審査の承認を得て実施した（承認番号 2020-17）。

【結果】

女性では、47 歳以下では運動習慣、48～50 歳では HbA1c 値 5.3%以下、51 歳以上は血糖値 85 未満かつ TG 値 75 以下または HDL 値 85 以上に維持することで LDL 値改善の可能性が高まった。男性では、収縮期血圧 108 以下では運動習慣、109～123 では TG 値 103 以下、124～137 では HDL 値 76 以上、137 以上では HbA1c 値 5.4%以下に維持することで LDL 値改善の可能性が高まった。

【考察】

LDL 値の改善に影響する因子は、女性では、年齢、運動習慣、HbA1c、血糖、TG、HDL、男性では、収縮期血圧、運動習慣、TG、HDL、HbA1c であった。これらの因子について、保健指導判定値を超える以前から注視することで、効果的に LDL 値を改善する方法を提案することができる。今後は、更にデータ数を増やし、プログラムの種類や精度を向上させて、より効果的な保健指導法の確立を目指す必要がある。