

健診結果の検査異常パターンからみた 職域年齢における 生活習慣病の一次予防についての考察

公益財団法人 高知県総合保健協会
平井 学

COI開示

本発表に関して利益相反に該当する項目はありません

【はじめに】

健康寿命の延長は重要な課題であり、
生物学的年齢を若く保持するためにも
職域の若壮年層の健康度ボトムアップ
が重要と考えられる。

健康診断の結果を用い、**将来の健康度
の予測をし、加齢の質を高めてゆく
一次予防の概念**について考察した。

【対象】 高知県で健診(職域・地域)を受診した 487067名

男性 248885名 49.3±16.6歳

女性 238182名 53.5±16.4歳

【方法】

健康診断において有所見率の高い 汎用検査6項目(判定基準値)

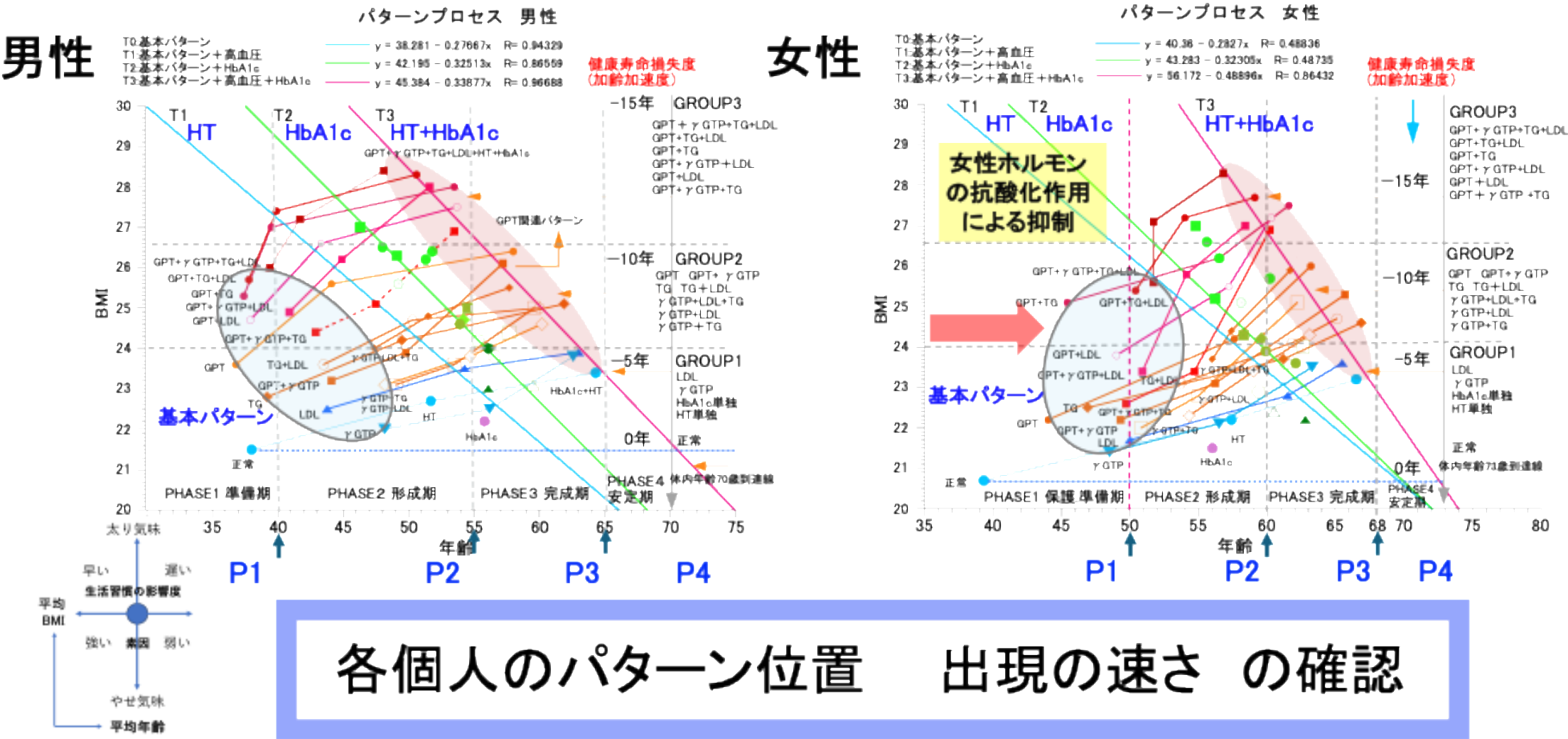
素因型 LDL-C(120) 血圧(130/85) HbA1c (5.6)

生活習慣型 GPT(31) γ GTP(51) TG (150)

異常パターン64群の平均BMI,平均年齢を求め散布図を作成
各群の有所見率の年齢階級別推移を求める。

毎年当協会全受診者で成立している検査異常パターンの法則です

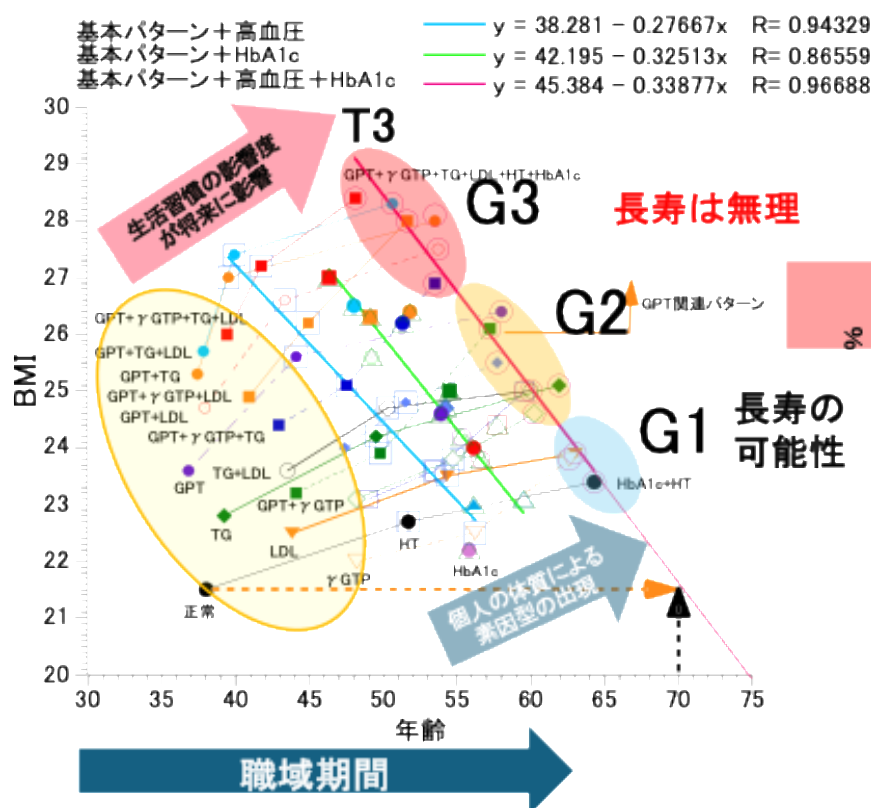
パターンプロセス 64パターンの位置 性差・出現順位に強い法則性



健診結果のパターンから元気で高齢化する方としない方が判明します

ターミナルパターンの現実

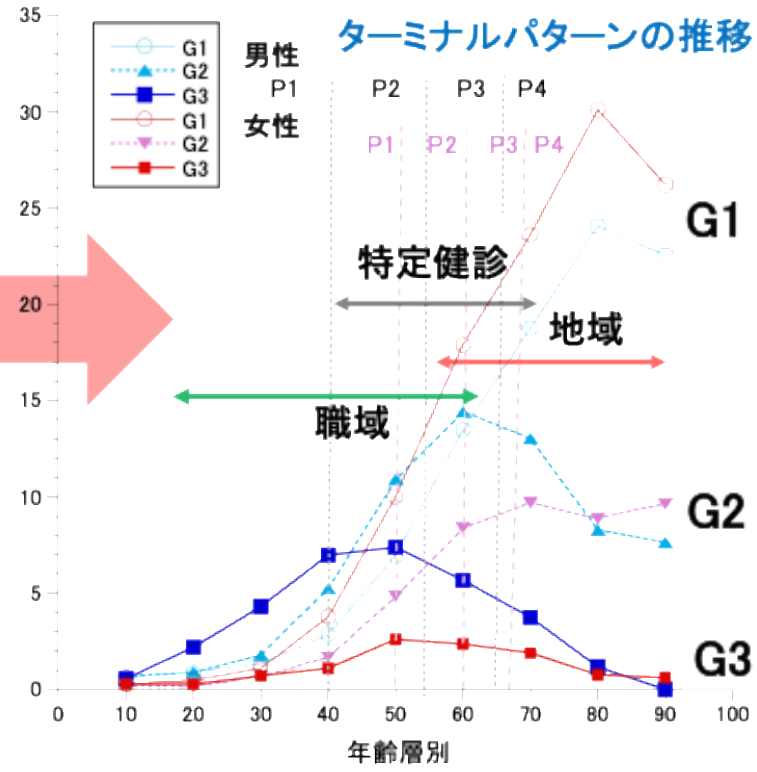
パターンプロセス男性



自分のパターンとその位置に注目

健診集団における淘汰

T3-TP G1~G3 年齢階級 (PHASE) 別



基本パターン
基準値を超えた項目の組み合わせ

G1
異常なし
LDL
γ GTP

G2
TG
TG+LDL
γ GTP+TG
γ GTP+TG+LDL
γ GTP+LDL
GPT
GPT+γ GTP

G3
GPT+TG
GPT+LDL
GPT+TG+LDL
GPT+γ GTP+TG
GPT+γ GTP+LDL
GPT+γ GTP+TG+LDL

女性
男性

若年期にG3,G2 増加

男性は40歳までのG2G3化警戒 女性は40代後半からG2G3化注意



基本16パターン

生活習慣型

GPT γ GTP TG

素因型 (若年時上昇)

LDL-C

4項目の組み合わせ

GPT+ γ GTP+TG+LDL-C

GPT+ γ GTP+TG

GPT+ γ GTP+LDL-C

GPT+TG+LDL-C

GPT+TG

GPT+LDL

G3

G2

G1

GPT+ γ GTP

γ GTP+TG+LDL-C

γ GTP+TG

γ GTP+LDL-C

TG+LDL-C

TG

(6)

(7)

γ GTP (<100mg/dL)

LDL-C

異常なし

(3)

Phase間のパターン移行の行方

Group別(T0-T3)有所見率の推移と性差

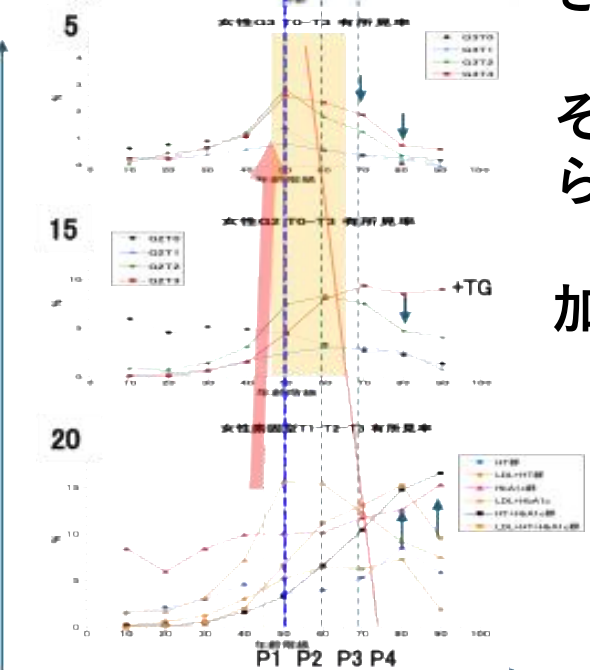
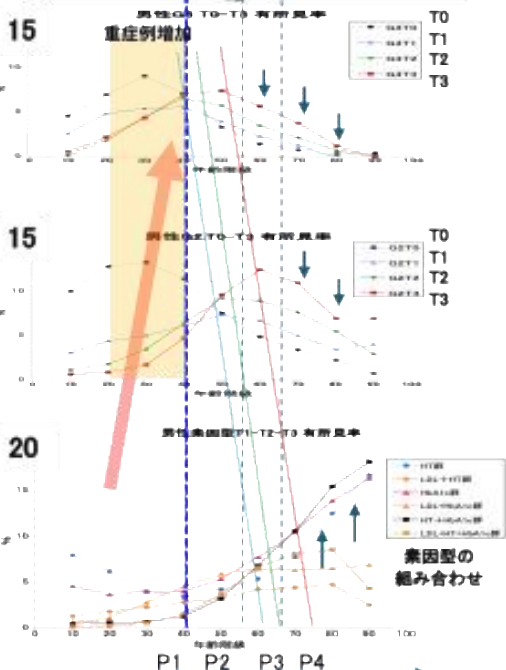
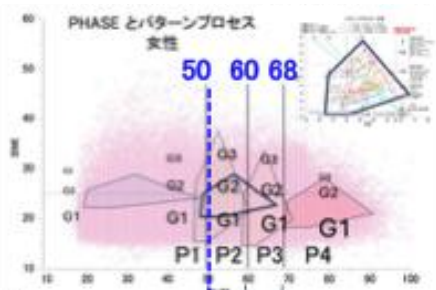
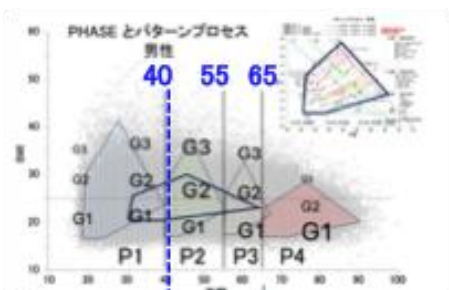
高齢化
G3<G2<G1

生活習慣の影響度

体重変動

加齢の影響度

T0 T1 T2 T3



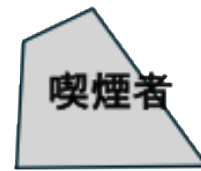
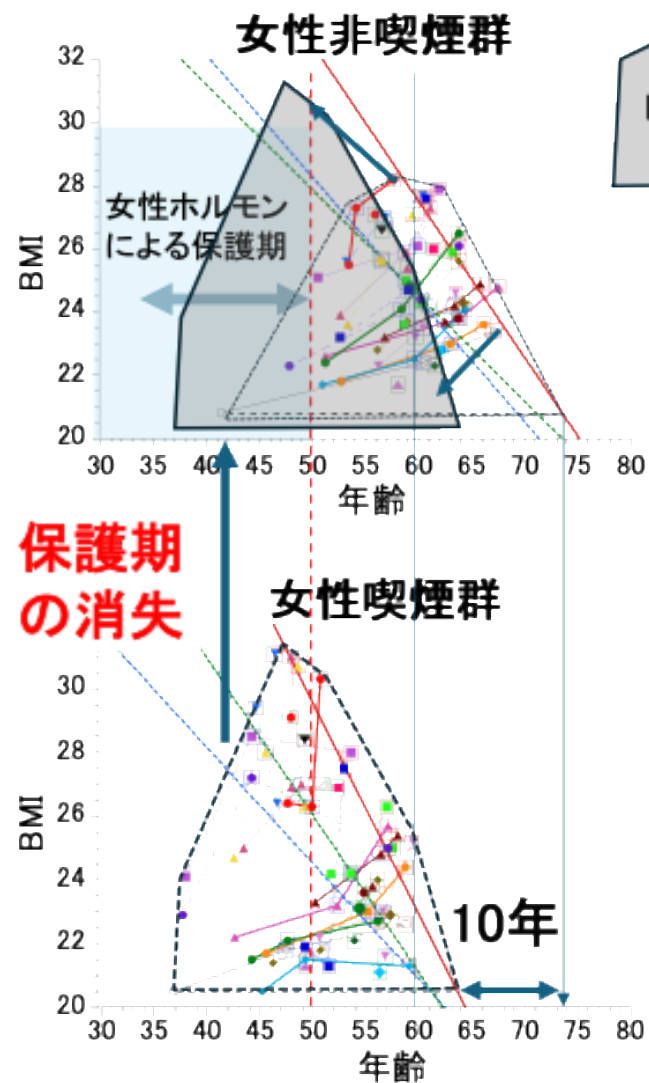
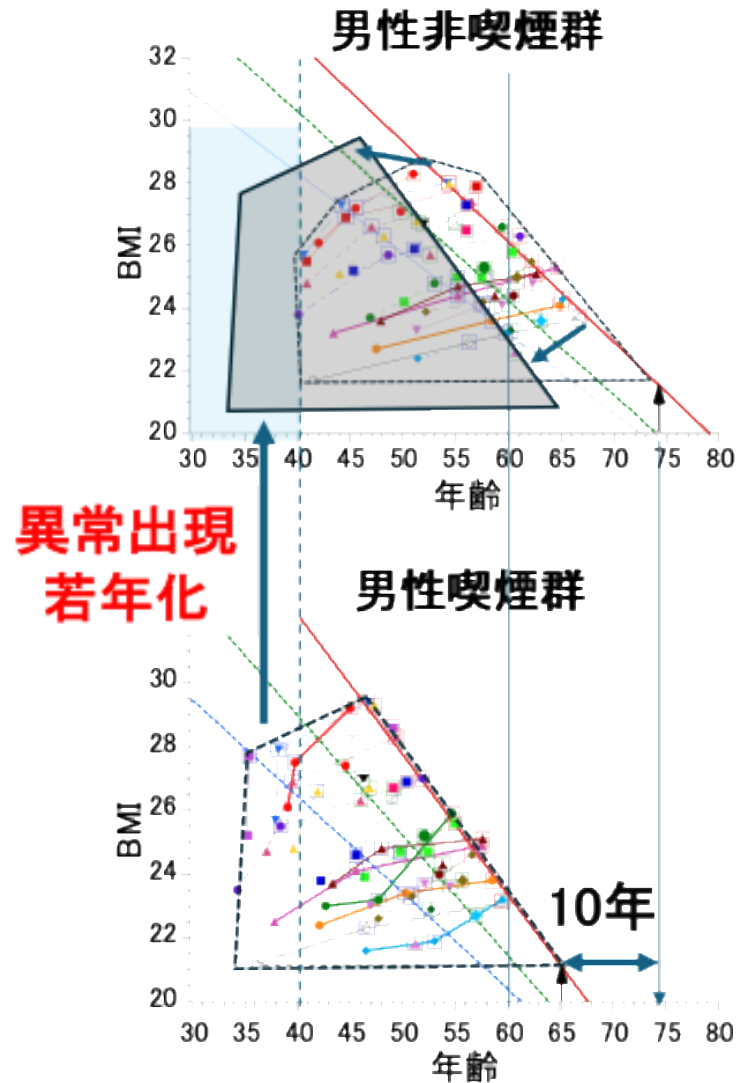
もともとの高血圧、耐糖能異常 高LDL-C血症はさらに重症化

そうでない方々はこれからの出現が早まります。

加齢の質が低下します

タバコを吸われる方へ 種類は問いません

喫煙習慣の影響 パターンプロセスは個人の体内酸化状態を反映



酸化毒性
の増強

異常出現の
早期化・重症化

一層太る方
痩せる方

さらにパターン
に応じて
～20年損失

痩せていて
異常がなくても

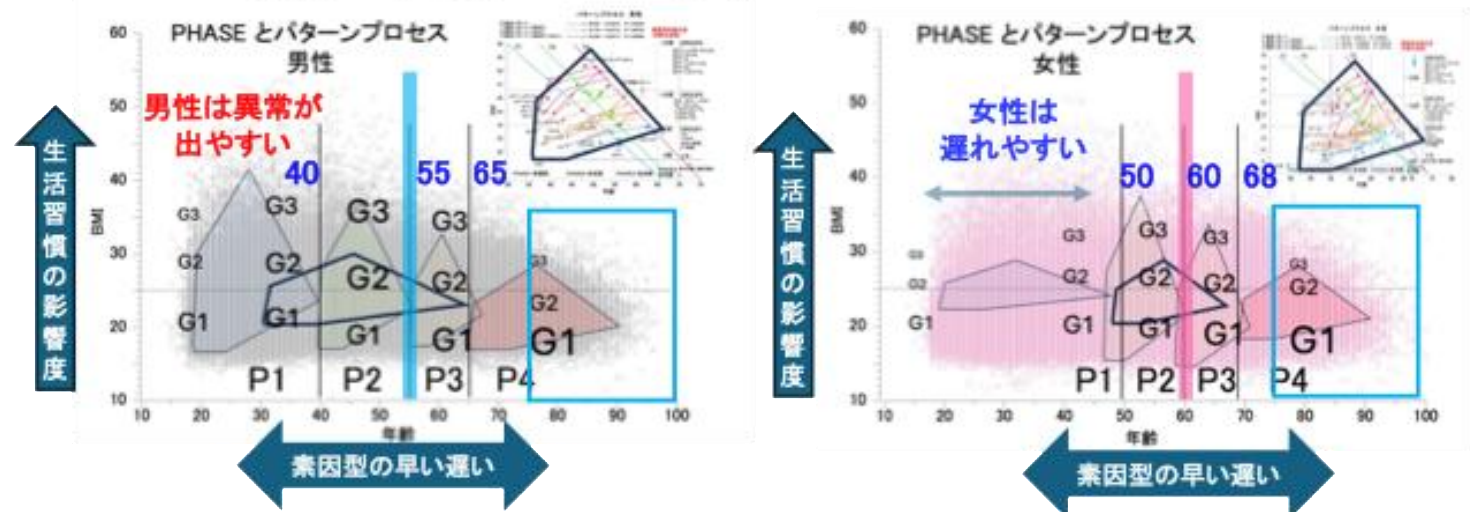
健康寿命
10年の損失

私が考えるこれからの健診のあり方

健康長寿に向けての若壮年層からの高ベネフィットアプローチ

パターン変動 の個人差

G2、G3への移行が多いと健診集団に残れない。



加齢の質の低下疑い

異常パターンのリスクレベル 保健介入の重要度 ≡ 生活習慣による改善期待度

職域の健康度の
ボトムアップ
を目指すべき

パターン分類		一次予防		発症予防	
G3	T3	5	6	6(7)	6(7)
	T2	5	5	6	6
	T1	5	5	6	6
	T0	4	4	5	5
G2	T3	4	4	5	5
	T2	3	3	4	4
	T1	3	3	4	4
	T0	2	2	3	3
G1 (G0)	T3	2	2	3	3
	T2	1	1	3	3
	T1	1	1	2	2
	T0	1	1	1	1
		P1 準備期～39	P2 形成期40～54	P3 完成期 55～64	P4 安定期65～
		早い	加齢リスク	遅い	

企業によってパターン分布が異なり対策には重要なポイントです

産業医による 従業員健康度ボトムアップ

某事業所のGTP分類 従業員分布

発症例、治療中あり(P2～)
飲酒制限困難 喫煙あり
体重増加(肥満度の違いあり)
生活習慣の改善>検査・治療

改善指示

治療・発症の予防
のためにはまず自
分の状態を理解し
改善意識を持つ

実害なし、発症なし
検査支持省略
G2G3化注意
ストレス注意 体力増強

全職員173人		P1	40(50)	P2	55(60)	P3	65(68)	P4
G3	T3	3		7		5		0
	T2	4		1		1		0
	T1	2		6		1		0
	T0	3		2		1		0
G2	T3	0		2		5		0
	T2	1		3		2		1
	T1	0		3		3		0
	T0	1		5		0		0
G1 (G0)	T3	2		8		10		0
	T2	4		19		7		2
	T1	7		11		7		0
	T0	11		18		4		1

就業継続困難

【結語】

職域では、自己のデータパターンの意味を理解し、若年から生活の見直しとデータの改善に取り組むことは、生活習慣病の一次予防につながり、自分自身の老化の質を高めてゆくためにも大切である。