リスクの有無 夫婦で一致

オランダと共同研究 生活習慣が要因か

東北メディカル・メガバンク機構

東北大とオランダ・フローニンゲン大の研究グループが両国の夫婦の疾患リスク要因を調べたところ、夫婦ともに同じリスクを抱えている割合が高いことが分かった。遺伝的つながりはなくとも生活習慣が類似していることが要因とみられ、健康リスクに及ぼす生活習慣の重要性が示されたかたちになった。東北大は「夫婦一緒に保健指導を受けたり、夫婦で励まし合って生活習慣を変えたりすることが効果的」と指摘している。

東北大「東北メディカル・メガバンク機構」の地域住民コホート研究に2013～16年に参加した県内の夫婦5391組（平均年齢は夫63・2歳、妻60・4歳）と、オランダ北部のコホート調査に06～13年に参加した夫婦2万8265組（夫50・0歳、妻47・7歳）を対象に調べた。心血管のリスクとなる「現在喫煙」や「現在飲酒」「十分な運動習慣」「高血圧」「2型糖尿病」「メタボリック症候群」の有無は、両国ともに夫婦が高い割合で一致。特にオランダでは喫煙と飲酒、本県でも喫煙は高い一致度で、喫煙している夫の妻は喫煙している割合が高く、逆に喫煙していない夫の妻は喫煙していない割合が高かった。

同じように代謝疾患のリスク要因となる腹囲やBMI、血圧、中性脂肪、コレステロールなどの異常も夫婦の一致度が高く、夫婦そろって異常が出るか、逆に夫婦どちらも正常かに二極化した。オランダでは腹囲やBMI、本県では中性脂肪で一致度が高かった。

夫婦間の生活習慣などの類似性を多国間で比較調査した研究は今回が初めて。メディカル・メガバンク機構健康行動疫学分野の中谷直樹教授は「遺伝要因よりも環境要因を共有する夫婦の類似性の結果から、環境要因と持病の関係をさらに明確化できる可能性がある」と指摘。さらに「健康診断で夫婦一緒に保健指導を行えば問題認識が共有できるし、夫婦で励まし合い、競争し合うように誘導すれば日常生活の健康管理につながるのではないか」と話している。