



高血圧、糖尿病、喫煙と脳梗塞のかかりやすさ

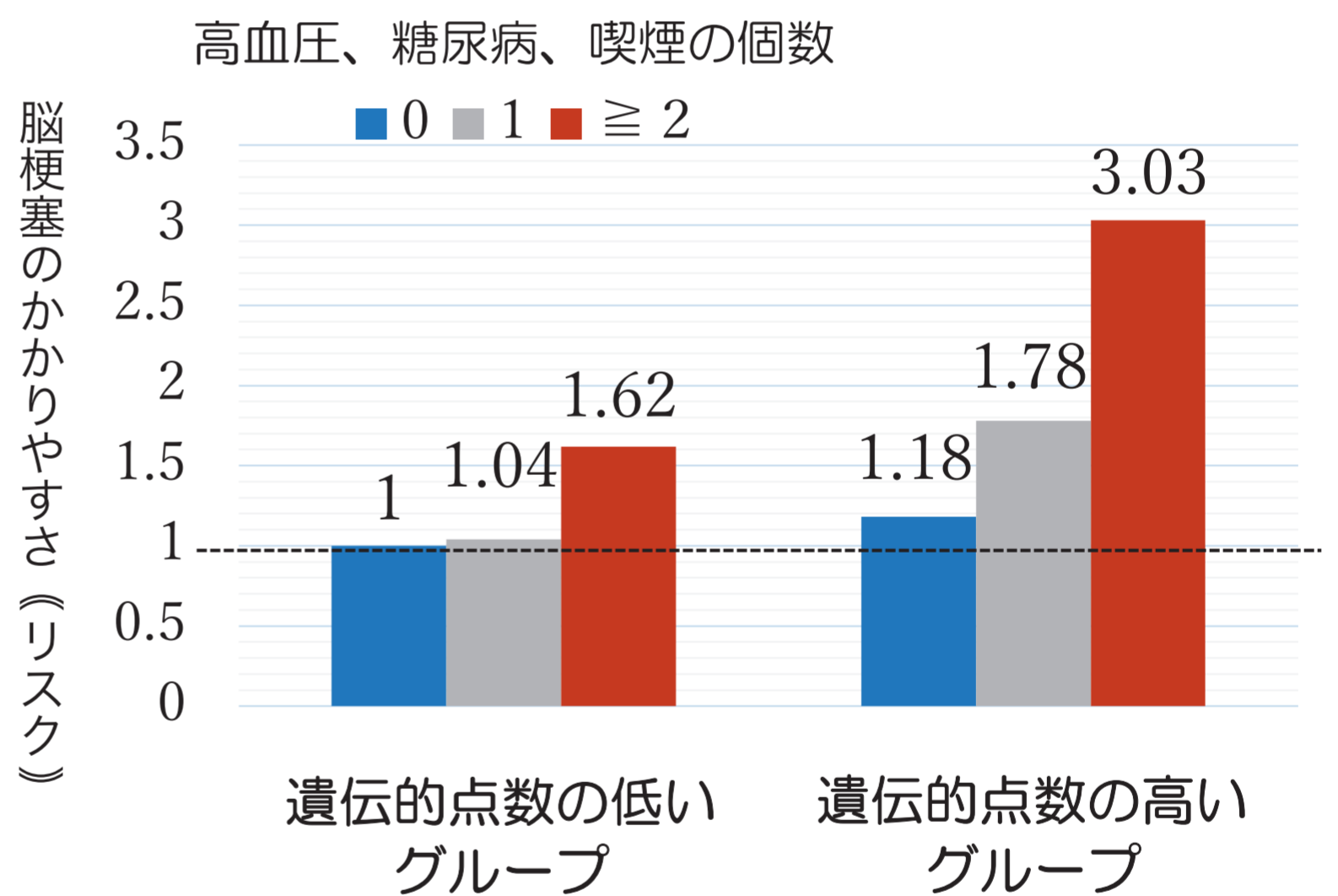
IMM の健康調査にご協力いただいている皆様の結果を活用して、遺伝的な脳梗塞のかかりやすさを点数で示す方法が開発されております。また脳梗塞は高血圧、糖尿病、喫煙をしているとかかりやすい病気と言われております。

今回、集団を遺伝的な点数が低いグループと高いグループに分けて、高血圧・糖尿病・喫煙の個数と脳梗塞のかかりやすさの関係を調査しました。

調査からわかったこと

脳梗塞にかかる可能性（遺伝的点数）が低く、高血圧、糖尿病、喫煙の全部がない0個の人を「1」（図の左端の青色）として、かかりやすさを比べました。「1」を基準として、1より大きいほど脳梗塞にかかりやすいことを表します。

図 高血圧、糖尿病、喫煙の個数別の脳梗塞のかかりやすさの関係



- 遺伝的点数が高いグループで、高血圧や糖尿病、喫煙のうち2個以上当てはまると、脳梗塞のかかりやすさは **3.03 倍**（図右端の赤色）でした。
- 遺伝的点数が低いグループで、高血圧や糖尿病、喫煙のうち2個以上当てはまると、脳梗塞のかかりやすさは **1.62 倍** でした。



遺伝的点数が高くても低くても、高血圧、糖尿病、喫煙の個数が増えるほど、脳梗塞にかかりやすいことがわかりました。また、点数が高くても日頃の食事・運動・禁煙等の生活習慣を改善し、高血圧、糖尿病を予防することで、脳梗塞にかかる可能性を減らせることが示されました。

今後に向けて

岩手県は、脳卒中による死亡率が全国で第3位、女性は1位です（平成27年）。遺伝的体質を知り、生活習慣の改善に役立てることで、自分に合った方法で病気を予防できる可能性があります。