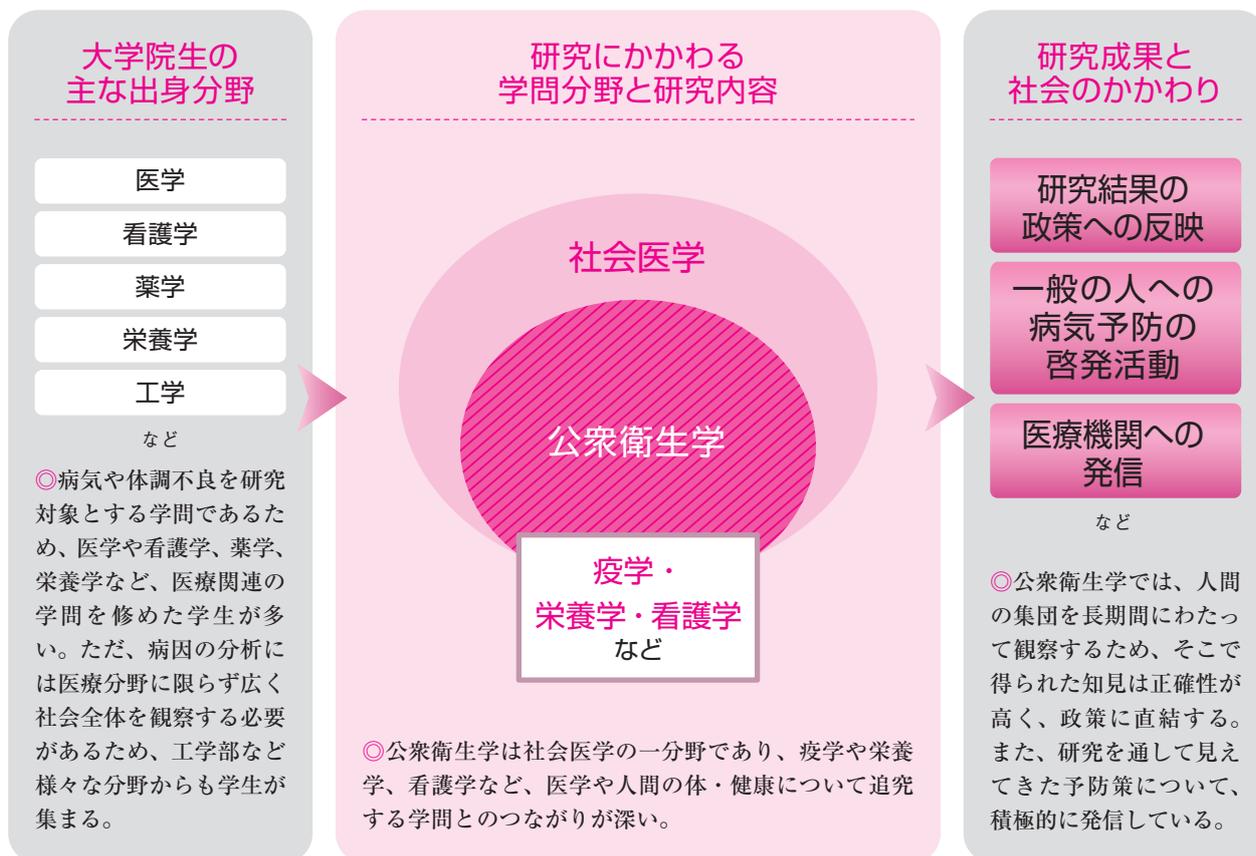


人間の集団を観察し続け、 循環器疾患の克服・予防を目指す

滋賀医科大 社会医学講座公衆衛生学部門 三浦克之研究室

脳卒中や心筋梗塞といった循環器疾患は、ガン同様多くの人の命を奪う恐ろしい病気だ。生活習慣と
かかわりが深いといわれているが、何がどの程度影響するのかを正確に把握するためには、公衆衛生
学の知見が欠かせない。その第一人者である滋賀医科大社会医学講座の三浦克之教授は、人間の集団
を長期間にわたって定点観察して得たデータを分析することで、循環器疾患を発症する社会的要因を明
らかにし、予防策も講じようとしている。最新の研究内容を聞いた。

フローチャートで分かる三浦克之研究室



社会に対する広い視野が求められる

公衆衛生学が求める学生像

幅広い興味・関心

粘り強く取り組む姿勢

社会に役立とうという気持ち

公衆衛生学では、習慣や階層、地域性といった社会的要因が病気にどのようにかかわっているかを研究します。病気は要因が複雑に絡み合っていることが多く、要因同士がどのような関係にあるかも把握しなければなりません。そのため、人体の仕組みや病気の症状といった医学の知識だけでなく、社会全体に対する深い理解と広い視野が求められます。

研究では、人間の集団を長期間観察し、その結果を分析します。社会的要因の影響はすぐには現れませんし、予想と大きく異なる結果が出ることもよくあるので、粘り強さが求められます。20年以上続く観察も多いため、1人の研究者が1つの集団を最後まで観察し、自分で結果を分析できるケースは少数です。現在、社会的要因が見えてきた観察は、先輩研究者が始めたものが多いのです。私も先輩から多くの研究を引き継ぎましたから、今度は自分が有意義な研究を後輩に引き継げるように、新たな観察を始めています。この学問の研究には、自分の名誉のためではなく、社会のために尽くそうとする気持ちが必要です。人々の健康を守るために、10年後、20年後を見据えて種をまける方に学んでほしいと思っています。

高校生へのメッセージ どのようなことに対しても、「本当にそうだろうか？」と疑問を持つことを大切にしましょう。そして、納得できないことはとことん調べ、自分なりの答えを見いだしましょう。自分で考える習慣を高校時代に身に付けておけば、大学での学びは何倍も楽しくなると思います。



三浦克之 教授

みうら・かつゆき 滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門教授。同大アジア疫学研究センター長。同大博士課程教育リサーチセンタープログラム「アジア非感染性疾患（NCD）超克プロジェクト」コーディネーター。金沢大学大学院医学研究科博士課程修了。滋賀医科大学公衆衛生学部門准教授などを経て、現職。日本疫学会奨励賞などを受賞。著書に『血圧を下げる健康教育』（共著、保健同人社）などがある。

研究を志したきっかけ 病気の社会的要因を 追究するために 社会医学を志した

私の高校時代、

1970年代末、

80年代初頭は、第

2次オイルシヨツ

クやスリーマイル

島原子力発電所事

故などにより、エ

ネルギー問題が国

際問題化していま

源の確保が世界的

などに絡められ、

いたのです。高校

類が原子力発電と

かを考えたことが

す。私もエネルギー

についての本をよく

そこから次第に人

学問へと関心が広

特に興味を持った

や経済条件などの

の健康との関係を

会医学です。「病

影響を明らかにし

人を救いたい」。

日に高まり、私は

うと考えるようにな

大学の医学部では、社会医学研究

いない地域でのフィールドワークを

積極的に行いました。健康管理につ

いて地域住民にアドバイスする機会

が多く、病気を防ぐことに強い関心

を抱くようになりました。病気の予

防には、一人ひとりへの健康意識の

啓発に加え、政策などによる社会全

体への働き掛けが欠かせません。そ

の基盤となるデータを整えたいと、

私は公衆衛生学の研究に取り組むよ

うになったのです。

研究概要

長期的観察により 循環器疾患の 予防策を見いだす

公衆衛生学とは社会医学の一分野であり、人間集団を観察するという疫学的手法によって病気の社会的要因を分析し、解決策や予防策を講じていく学問です。正確に分析するためには20年以上にわたる観察が必要なものも珍しくありません。

私たちは、日本人の死因の約3割を占める重大な病気である、脳卒中や心筋梗塞などの循環器疾患、更に糖尿病や脂質異常症などの循環器疾患を引き起こすと考えられる病気に

ついて研究しています。国が行った

健康に関する全国調査の結果などによって、病因を分析するのです。

80年と90年の2年分の「国民栄養調査」に基づく研究では、それぞれの調査を受けた全国の約2万人について、存命かどうか、亡くなっていれば死因は何かを厚生労働省の統計資料などによって毎年追跡しています。そして、そのデータを80年と90年の調査結果と比較します。

長期間の追跡の結果、近年、食生活と循環器疾患との興味深い関係が見えてきています。例えば、80年当時30歳以上だった男女約9千人について、追跡開始から24年分のデータを分析したところ、魚介類に多く含まれる成分、EPAとDHAの1日の合計摂取量が最も多い群は、最も少ない群に比べ、循環器疾患で命を落とすリスクが約2割低いことが分かりました。これは、EPAやDHAの摂取によって、循環器疾患を予防できる可能性を示しています。

ただ、生死と死因を追跡して得られるのは、循環器疾患で亡くなった人のデータだけです。循環器疾患を発症後、治癒した人のデータは得られません。そこで、2010年の「国

民健康・栄養調査」を受けた全国の約3千人を対象に、新たな追跡調査を始めました。循環器疾患やその危険因子となる糖尿病の発症の有無などについて、年1回、アンケート調査をしているのです。発症したと回答した人については、本人の同意を得て、その人が受診している医療機関から症状に関する詳しい資料を取り寄せ、検査内容や診断理由などを分析しています。追跡を続けることで、循環器疾患の要因を正確に把握できるようなると期待しています。

研究によって得たデータを病気の予防に生かす取り組みにも力を入れています。例えば、特定保健指導で行うべきアドバイスを体系化し、公表しています。更に、指導を受けた人の状態がどの程度良くなったかも観察し、指導法の改善につなげていきます。地域の医療関係者を対象に、病気の予防に関する勉強会を年2回程行い、最新の研究成果を医療現場に発信することも予防医学の取り組みの1つとしています。

公衆衛生学の研究は、結果が出るまでに時間が掛かりますし、ようやく結果が出て、病気との関連性が

明確化しないこともあります。しかし、つまづきながらも研究を続けられ、少しずつ成果が表れることも確かです。自分が人々の健康増進に貢献していると感じられることは、研究の大きな醍醐味です。

研究の展望 公衆衛生学の知見を 日本から アジア諸国に発信

近年、アジア諸国では循環器疾患にかかる人が増え、深刻な健康問題となっています。これらの国々では公衆衛生学の研究があまり進んでおらず、予防策も十分とは言えません。

そこで、日本の公衆衛生学の知見を広くアジア諸国に普及させようと、本学では博士課程教育リーダーディングプログラム「アジア非感染性疾患(NCD)超克プロジェクト」を始めました。正確なデータを蓄積し、それに基づいた予防策を積極的に海外へ発信できる人材を育成していきたいと考えています。「アジアの人々の健康をこの手で守りたい」。そんな意欲に燃える皆さんが参加してくれることを心から願っています。

用語解説

1 第2次オイルショック

1978〜79年のイラン革命の影響でアラブ諸国の産油量が減少し、石油を主なエネルギーとする先進諸国で生じた経済的混乱。

2 スリーマイル島原子力発電所事故

アメリカ合衆国東部のペンシルベニア州の島、スリーマイル島にある原子力発電所で1979年に起こった、大規模な事故。

3 循環器

血管、リンパ管、心臓のこと。

4 国民栄養調査

国民の健康状態を把握するために、国が行う調査。1945年に東京都で始まり、48年から全国調査となった。調査項目は、身長や体重、血圧、食事の内容、運動の状況など、多岐にわたる。2003年に「国民健康・栄養調査」と改称。

5 EPAとDHA

EPAはエイコサペンタエン酸。DHAはドコサヘキサエン酸。常温でも固まりにくい性質を持った不飽和脂肪酸で、サバやイワシなど、背の青い魚に多く含まれる。

6 特定保健指導

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者や予備軍を減らすため、2008年に始まった保健指導。積極的支援と動機付け支援の2段階がある。

高血圧を引き起こす社会的要因を解明したい



佐藤 敦さん

さとう・あつし 滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門博士課程2年。宮城県石巻高校卒業。

Q なぜこの分野に進んだのですか

A 私は高校生の頃、化学が大好きでした。特に有機化学の実験に夢中になり、大学でも取り組みたいと考えるようになりました。医療事務の仕事をしていた母親の影響で、子どもの頃から医療関係の仕事に憧れていましたから、大学は薬学部を選んだのです。

大学卒業後は、薬剤師として病院に勤めました。患者に服薬指導をする中で、生活習慣病の予防への関心

が次第に高まっていきました。そこで、公衆衛生学を専門的に学ぼうと考えるようになったのです。

Q 三浦教授の研究室での研究内容を教えてください

A 高血圧を引き起こす社会的要因を研究しています。高血圧は動脈硬化や脳卒中、心筋梗塞などの危険因子であり、健康に重大な悪影響を及ぼします。ただ、原因が完全には分かっておらず、予防策を講じるには課題も多いです。

研究には、2010年の「国民健康・栄養調査」の結果を用いています。高血圧の人、高血圧の治療を受けている人、降圧剤によって血圧が下がっている人それぞれについて、学歴や職業、婚姻の有無などを分析したところ、世帯年収が200万円未満の人に高血圧が多く見られることが分かりました。したがって、経済的な厳しさと高血圧とは何らかの関係があることが考えられます。

ただ、両者がどのような関係性にあるのかは、調査を受けた全員に対する長期追跡の結果を見なければ判断できません。長期追跡は始まったばかりですが、結果が出た時に比較

対照される基礎データは今のうちに整備しておく必要があります。その1つが、私の現時点での研究結果となるのです。

どのような社会的要因が高血圧に影響を与えているかが明らかになれば、重点的に注意を呼び掛けるべき社会的階層も見えてくるでしょう。どのような属性の人でも、健康に暮らせる社会を実現する。その大きな夢に向かって、今後も研究に取り組んでいきたいと考えています。

Q 高校生へのメッセージをお願いします

A 社会人を経て再び学問を志した私は、ずっと大学で研究をしてきた人に比べれば、回り道をしたことになります。ただ、それが

無意味だったとは思いません。

現在の研究では、健康調査を受けた人に電話で症状を問い合わせるなど、医学研究者以外の人と話す機会が多くあります。そんな時に求められるのは、専門用語を一般的な言葉に言い換えたり、相手が話しやすいように相づちを打ったりといった、相手に合わせた対応です。私がそれ患者と日々向き合っていた経験があるからだと思います。

目の前のことに真剣に取り組んでこそ、置かれた状況から学ぶことが出来ます。そして、そこで得た学びは、きつと後で何かにつながります。皆さんも、今の自分に出ることに精いっぱい取り組んでください。

私の高校時代

文芸部の活動で学んだ他者の意見を聞く姿勢

●私は、高校では文芸部に所属し、ミステリー小説を書いていました。部員の作品を集めた冊子を文化祭で販売していたので、文化祭の前には部員同士による作品の批評会が行われました。自分の作品の欠点を指摘されて腹が立つこともありましたが、後で冷静に振り返ると、必要な指摘だったと納得したことも少なくありません。特に、恋愛小説やファンタジー小説など、私とは異なるジャンルの小説を書いている部員の意見は新鮮で参考になりました。やがて私は、思い付いた構想やトリックについて、部員によく感想を求めようになりました。

今の研究では、自分の論文や研究手法などについて、複数の研究者によく批評されます。それらの意見を感情的にならずに受け止められるのは、高校時代に他者の意見に耳を傾けることの大切さを学んだからこそだと感じています。