

高ストレスにおける健診調査結果の検討

○前田啓行¹ 大西大介¹ 森田泰人¹ 岡村浩樹¹ 林博子² 西川政勝¹

(1 : (一財) 近畿健康管理センター三重事業部 2 : (一財) 近畿健康管理センター総合企画本部 IT 推進部)

【はじめに】

(一財)近畿健康管理センター(以下 KKC) 三重事業部で収集した 1 年分のストレスチェック情報及び健診情報を基に、高ストレス者/非高ストレス者にける健診データを解析し生活習慣との関連を検討したので報告する。

【対象および方法】

2018 年 4 月から 2019 年 3 月までの 1 年間、KKC 三重事業部においてストレスチェックを受診した者で、健診データが存在する 15,231 名であり、高ストレス者は 2,125 名、非高ストレス者 13,093 名であった。今回解析した項目は、健診データでは年齢・性別・病歴・自覚症状・BMI・血圧・血液生化学所見等、生活データでは飲酒・喫煙・運動(歩行)習慣・睡眠・食習慣等である。高ストレス群と非高ストレス群の二群間の比較は χ^2 乗検定等を用いて行った。

【結果】

高ストレス者 2,125 名(全対象者の 14%)の性別では、男性 1,409 名(男性対象者の 18.9%)、女性 716 名(女性対象者 13%)であった。年齢ブロック別では高ストレス者の比率は 30-34 歳(対象者の 18.6%)がピークであった。ほとんどの項目が高ストレス者比率 9.5%~20.0%大差はなかったが、 χ^2 乗検定では「睡眠時間」(P=0.007)と「睡眠休養」(P<0.01)については、有意差を認めた。即ち、睡眠時間が短い場合及び睡眠休養が不十分の場合に高ストレス者が多かった。更に項目を詳細に分類し検討する必要がある。

【まとめ】

分析の結果有意差が出たのは睡眠時間と睡眠休養の 2 項目だけであった。今回の結果を踏まえ、受診者のストレス軽減を目的として上記データを有効活用する必要があると考える。今後、縦断研究も含め更なる解析・検討を予定している。