学

医

求められる要件 健診の目的と健診に

循環器健診を

効果的な健診にするために

報告され、健診の有効性に疑問が呈されている。 11月18、19日の2日間にわたって行わ 間ドックなどのかたちで広く行われてきた。 しかし近年、こうした循環器健診は、標的と 第1位であるがんよりはるかに多い。 このためわが国では、 これらの疾患を標的とした健 れた予防医学事業中央会第79回技術研修会・生理機能研修会ではこの問題が取り上げら する疾患の死亡率を減少させている十分な科学的根拠がない、とする研究結果が相次いで 診が、老健法による地域住民の健康診査や安衛法による職域の定期健康診断、さらには人 高血圧や動脈硬化性の心・血管疾患は、国民の死因の主要部分を占め、患者数は死因の 道場信孝ライフプランニングセンター 最高顧問が「循環器健診・現状の課題と将来展 と題して講演を行った(写真左)。その講演の一部を要約して紹介したい。

> はその時点だけの断面検査に 済的合理性はあるのか」とい 間隔で実施され、毎回の健診 終わっている。また、健診 般の健診項目に有効性と経 わが国で実施されている 項目は拡大主義で次々に とんど行われていな い」と指摘した。 そして、「で きな要因になっている」と述 また、生活習慣の改善や、 ープと、そうでないグループ 改善するよう介入されたグル

> > いびきと咽頭型

ば、『ある』とはいい難い。

る心理的、社会的メカニズム ける態度や行動の変容に関わ その診断や治療、経過観察の の理解が十分でないことも大 る。さらに、個人や集団にお 方法が有効でない可能性もあ 薬などの介入が行われても、 われ、両者の科学的な比較が の双方で生活習慣の改善が行 できないということである。

図

は

診)を効果的なものにするた そして、「健診 (循環器健

う問題を提起し、国際的に認 水準と、同研究班が示した予 究班が認定する有効性根拠の められている米国予防医療研 べた。

防的介入の勧告のランクでそ れぞれの健診項目がどのよう

効果のある対象にしぼって有効な検査 を行い、その結果の評価を積み重ねる

の基本的な考え方について述 康状態の把握とその進行の防 の早期発見・早期治療や不健 道場最高顧問は、

まず健診 その目的として、「 疾病 健診は何のために行うの 団としての問題の発見という めの情報入手という目的もあ ビ 止が大きな目的である。さら る。また、不安の解消や、集 への適性判断・将来計画のた 個別の健康教育や、職業 る、とした。 較的安い費用で実施できるこ こと (低侵襲)、そして、比 や苦痛を与えない方法である 要件は、「まずからだに負担 さらに、健診に求められる

う

ぼ

目的もある」と 度が高いこと、 述べた。そして、 が生命や生活の する疾患は、慢 その疾患の予後 性疾患で発症頻 健診が標的と る」とした。 健診の要件として求められ 切な感度と特異度)、などが の方法が確立していること、 検査の妥当性があること (適 受け入れやすいことや、診断 とも重要だ。また、受診者が

ょ

健診項目の有効性評価 わが国の健診の特徴と

ぼすこと、しか

深刻な影響を及

し、早期発見、

質 (QOL) に

早期治療によっ

きる疾患である 循環器疾患を標 これらの点で実 こと」と定義し、 て経過が改善で 徴を、「一律の対象者に、 説したうえで、道場最高顧問 な考え方や健診の目的、健診 はわが国の健診の全般的な特 に求められる要件について解 このように、健診の基本的

第382号

帝京大学教授の研究結果を引 用しながら次のように述べ に評価されるかを、矢野栄二

『含めないとする根拠がある』 圧測定だけで、その次のラン クに身長・体重測定と総コレ は科学的根拠が薄いとされて きか否かの根拠が乏しい。か、 項目は、『健診項目に含むべ いるにすぎない。それ以外の ステロール検査が評価されて 「高く評価されているのは血 と評価され、健診の有効性に

ている。わが国での健診は、 有効性があるかと言われれ

今後求められることは 健診を効果的にするために

健診を効果的にするために

標的健康障害の診断に有効な検査を組み合わせる。 スクリーニング検査の有効性を確認する(EBM)

スクリーニングされた対象群を有効にマネジメントする。

その結果として健康障害の進行が阻止され、死亡率 罹患率の低下、入院や身体障害の発現が減少する

費用/効果比が適切に評価されること。 スクリーニング・プログラムの質の保証

が振動したり、舌が落ち込

きやすいノドの形 (15種)」

形 (双垂型) や、時計の振り

子のような形をしているも

博士が分類した「いびきのか

標的健康障害に焦点を合わせる。

は 明できないかについて道場最 診 (循環器健診)の効果が証 高顧問は、「最も大きな要因 こうした評価から、 健診によって生活習慣を なぜ健

施する意義があ

律な検査項目が、一律な検査

めには、今後とも健診の有用 とが必要だ。またその研究に 性を証明する研究を続けるこ 健診のデザインや実施に しかし、健診をやって効果が

果(アウトカム)の研究が盛 して、「最近、健診の最終結 介入の仕方が求められる」と より説得力がある、効果的な る。さらに、将来の研究には、 社会科学者が加わる必要があ んに行われるようになってき て講演をしめくくった。

のないまま従来どおりの健診 が証明しにくいからといっ 重ねることによって、その健 て、何も実証しないで、根拠 きると考えている」と述べた。 いという証明をすることがで 診のプログラムは有用性が高 研究をやっていけば、部分的 査を実施し、そのアウトカム 期待できる集団や年齢層に標 的を絞って、それに適した検 ている。 そうした研究を積み に有用性は証明できると考え そのうえで、「健診の効果

するための要件 (表)を示し を続けるのは良くないと思

長垂型 正常型 肥大垂型 蓋弓平行型 後弓水平型 浮上垂型 前蓋狭窄型 後蓋狭窄型 浅腔型 舌背型

池松武之亮 所長 いびき研究所

第3話 ノドのかたちは十人十色!

す。また口を開けた瞬間、

古の周辺に歯形がくっき

術)によって、この花嫁のい 蓋咽頭形成術:いびきの手 く形成した手術 (池松式軟口 し、口蓋垂を通常の長さに短

びきは見事に改善

睡眠時無呼吸症を引き起

こす可能性も高くなりま

落ち込んで気道を塞ぎ、 て寝た場合、舌がノドに

した。この幅広い粘膜を切除 体化した垂没型のタイプで だけではなく、 上を向い

意。 いびきをかきやすい 見えないという人は要注

の花嫁のノドのかたちは、口

き博士のもとに訪れたいびき

因みに52年前、初めていび

蓋垂が後の粘膜 (口蓋弓)と

かどうかが一番のポイン 時、ノドの全貌が見える

り、治す方法さえ違ってくる の音にもそれぞれ特徴があ 多様であるのと同様、いびき などなど。このように形態も

ト。 舌が大きく邪魔をし

のです。

ノドのかたちが全く

れずリラックスした状態

の柔らかい部分 (軟口蓋) どこから発してくるのでし いびき。この音はいったい たらない、でも傍らで寝る って病気らしきものが見当 通過する際、咽喉のまわり 人の安眠を妨げるほどの大 いびきとは空気がノドを 鼻にもノドにもこれと言 びきの音色も種々様々あるの ように、ノドのかたちも十人 もそれぞれ顔のかたちが違う は目鼻口と部品の数が一緒で 価の対象にしがちですが、人 肥大があるかどうかだけを評 た 十色。 そのかたちによってい 手鏡を見ながら、故いびき 通常、耳鼻科では扁桃の する騒々しいいびきの出やす 型)は、ブルブルブルと振動 噛むと言う人も舌が口の容積 太く長い形 (肥大垂型・長垂 に比べて大きい証拠です。体 らりと垂れ下がった口蓋垂が です。また、ノドの中央にぶ ことを知っておくことが大切 重が増加すると舌も肥厚する りとついていたり、よく舌を

いびきをかきやすくする因子 睡眠姿勢(仰臥位、万歳)

広軟口蓋型

枕の形状と高さ 飲酒と疲労 ストレス 体重の増加

舌の大きさ・厚み 短いタイプ(広軟口蓋型) ぼノド(前蓋狭窄型)や、 ているもの (浮上垂型)、 きが浅いタイプ(浅腔型) られるタイプです。また、 さらに口蓋垂の両側に薄 い膜が幅広く張っている たれずに前方に飛び出し や、ノドは広くても奥行 か小さなつくりのおちょ ノド (蓋弓平行型) など ノドの大きさもノド自体 、ドの横幅が広く縦幅の 女性に比較的多く見 口蓋垂の先端が下に

されたことを加筆 なりません。 しておかなければ だからと言っ

すい形態であるというだけ すれば治ると早合点をせず です(表)。安易に手術さえ わるといびきと化してくるの で、ここにさらなる要因が加 ません。ノドがいびきの出や ドにあるというわけではあり て、いびきの原因がすべて丿

先が二つに分離された珍しい いノドです。 中には口蓋垂の 見極めることが先決です。 に、いびきの原因をしっかり まるまりて いびき包みし

因であると前回で述べまし によって生じるのが主な原 んで狭くなったりすること

図)。 ノドにも舌にも力を入 と比べて見てください(右