

今月の主なニュース

- 安衛法改正で受動喫煙防止対策の強化 産業医大教授 大和 浩
- 第88回日本産業衛生学会 協会から3題報告
- 児童生徒をタバコの害から守ろう
- 【保健室】清川村立宮ヶ瀬小学校 前田 早苗
- ダスキン「乳がん啓発勉強会」開催
- 「未病センター」認定施設 第1号オープン



加齢による健康状態の変化に アプローチをして仕事への 影響をコントロールする



生理的老化・病的老化とQOWL

健康経営の考え方が広まるとともに、企業にとっては働く人が心身の不調で休業すること（アブセンティズム）に比べ、勤務していても健康状態の影響によって生産性が低下する状態（プレゼンティズム）による経済的損失が大きいことが注目されている。それは加齢に伴う働く人の健康状態についても同様なことといえる。今年5月の日本産業衛生学会で、関連する研究報告を行った労働衛生コンサルタント事務所オークス所長で産業界の竹田透先生にその研究の一部を報告していただいた（関連記事2面）。

私たちは、加齢とともに身体機能が低下している状態をしばしば体験します。例えば、40歳代ぐらいになると、眼の調節機能が低下してピントが合いにくくなる、いわゆる老眼の症状を自覚する人が増えていきます。また、それより若い年代からでも、以前と比べて疲れやすくなった（疲労の回復に時間がかかるようになった）と感じる人も少なくありません。これらの変化は、生物には不可避な生理的老化によるものを中心とします。一方、生理的老化にさまざまな環境要因や生活習慣、ストレス等が加わり、

加齢に伴う健康影響が加速する状況を病的老化と呼びます。動脈硬化は年齢とともに進行しますが、生活習慣や環境要因によって進行が加速し、虚血性心疾患や脳血管障害につながることはよく知られており、生理的老化と病的老化の関係のモデルとして理解しやすいでしょう。

病的老化の仕事への影響

働いている人の多くが強いストレスや不安を感じながら働いていることが、厚生労働省の調査でも指摘されています。また、健康診断の有所見率の高さは、生活習慣の乱れによる影響と関連付けて説明されています。このような病的老化を進める状況があり、仕事への影響している可能性が容易に予想されますが、この点に関する研究はほとんどありません。

病的老化の1つとして、加齢に伴う男性ホルモンの分泌低下が加速された状態である男性性腺機能低下症候群（late-onset hypogonadism syndrome：LOH症候群）があります。以前は男性更年期障害とも呼ばれていましたが、最近ではLOH症候群として診療が行われるようになってきました。その症状は、性機能の低下に加え、疲労感、抑うつ、短気などに伴う気分変動、睡眠障害、内臓脂肪の増加など多彩であり、また50歳代で一割程度の有病率があると考えられています。しかし、一般にはその認知度が低く、これらの症状も「年のせい」と考えられがちで、積極的な対応が行われていないことがほとんどです。今回、私たちはLOH症候群の症状の程度と仕事への影響の程度について、問診票を使った調査を行いましたところ、両者には有意な関連があるという結果を得ました。（図1）横軸のAMSスコアはLOH症候群の症状に関する問診票のスコアで、点数が高くなるほどその症状が強いことを示します。また、縦軸は、産業医大公衆衛生学の藤野善久准教授らが開発した労働障害調査票という仕事への影響の程度を評価する問診票の結果で、こちらも点数が高くなるほど仕事への影響が大きいことを示します。

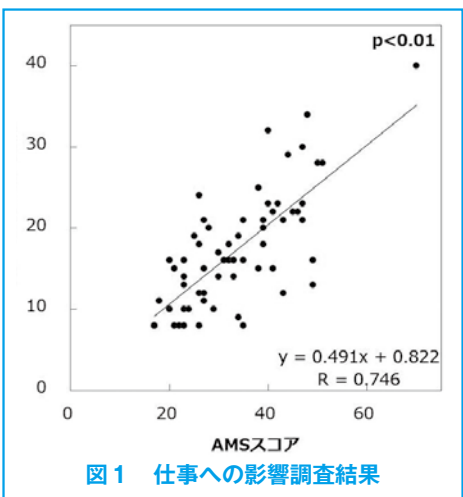


図1 仕事への影響調査結果

労働障害調査票という仕事への影響の程度を評価する問診票の結果で、こちらも点数が高くなるほど仕事への影響が大きいことを示します。

抗加齢医学は、若返りや不老不死を目指す取り組みではなく、オプティマルヘルスを目指す取り組み（図2）を行います。（図2）オプティマルヘルスとは、例えば、30歳なら30歳、60歳なら60歳の、それぞれの年代において、最適で最高の健康状態（心身ともに最も生き生きとした状態）をさします。LOH症候群の場合は、

今回の調査では、LOH症候群の症状が強いほど仕事への影響が大きいことが確認されました。同様に、女性の更年期障害についても調査を行いました。その結果、症状の有無と仕事への影響の関連についても有意差が認められています。LOH症候群や女性の更年期障害への対応を行うことが仕事への影響を軽減し、QOWLの向上に役立つことが示唆されました。

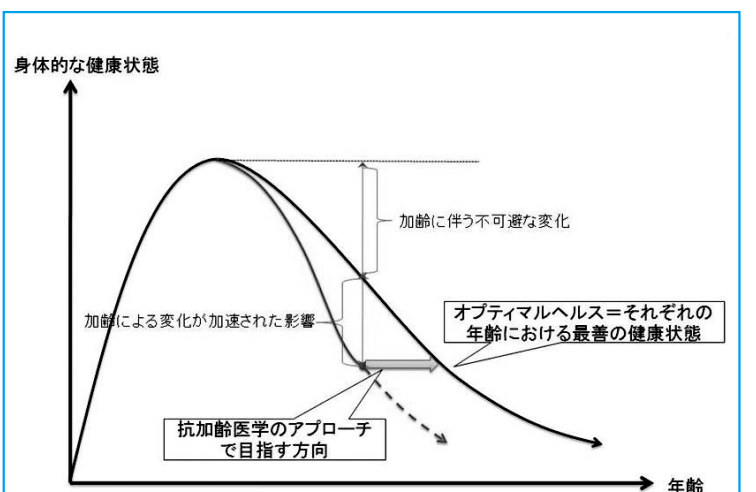


図2 オプティマルヘルスと抗加齢医学のアプローチ