

日本における排便頻度と循環器系疾患死亡リスクとの関連：大崎国保コホート研究

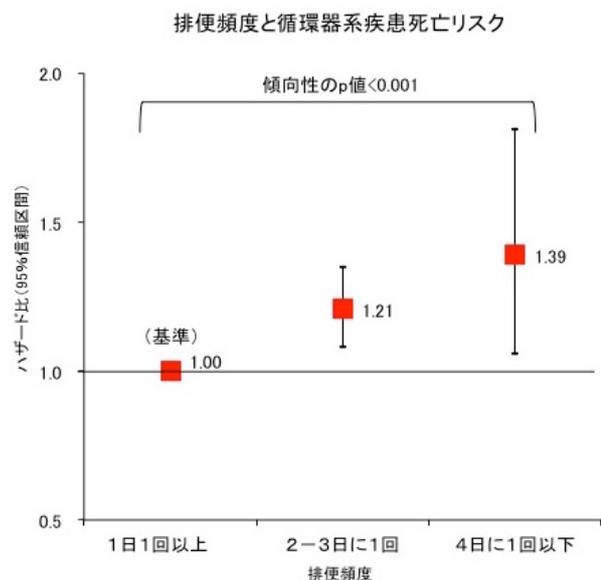
Defecation frequency and cardiovascular disease mortality in Japan: the Ohsaki cohort study
2016年 Atherosclerosis 発表

排便頻度が少ない者ほど循環器系疾患で死亡するリスクが高い

便秘は日常的によくみられる症状です。近年では、便秘のあるものは生存率が低く、閉経後女性において便秘の自覚的重症度（排便に伴う困難感）が心血管疾患発生と関連するという研究成果が報告されています。しかし、排便頻度と循環器系疾患死亡リスクの関連を検討したものは本研究開始時点でみとめられませんでした。そこで、排便頻度と循環器系疾患死亡との関連を前向きコホート研究である「大崎国保コホート研究」のデータにより検討しました。

生活習慣に関する質問のうち、排便頻度についての質問への回答を用いて検討しました。排便頻度を「1日1回以上（多い）」「2-3日に1回」「4日に1回以下（少ない）」の3グループに分け、循環器系疾患死亡、虚血性心疾患死亡、脳卒中死亡との関連を検討しました。

その結果、排便頻度が低い者では有意な循環器系疾患死亡リスク増加をみとめました（図）。この関連は脳卒中死亡で同様にみられましたが、虚血性心疾患死亡では有意な関連がみとめられませんでした。



研究のデータについて

本研究の分析には、宮城県大崎保健所管内に居住する国民健康保険加入者を対象として1994年9月から12月に実施した生活習慣に関する調査のデータを用いました。本調査では40歳から79歳（当時）の住民54,996名を対象にアンケート調査を実施し、52,029名から有効回答を得ています。本研究ではベースライン調査に回答をいただいた方から、追跡開始以前に国民健康保険から脱退した方、ベースライン時に心筋梗塞、脳卒中、がんの既往がある方、排便に関する質問に回答がない方を除外した45,112名が解析の対象者です。排便頻度と13年間の循環器系疾患死亡との関連について分析を行いました。

他のリスク要因の影響について

排便頻度によって、年齢が低かったり、疾患の既往が少なかったり、食物繊維の摂取量が多かったり、生活習慣が良かったりする可能性も考えられます。そのため、この研究では排便頻度と循環器系疾患死亡に関連すると考えられる要因の影響を考慮したデータ解析をしています。性、年齢、既往歴（糖尿病、高血圧）、体格、喫煙、飲酒、歩行時間、野菜・果物の摂取量、ストレス状況、婚姻状況、就業状況の要因について偏りが生じないように、統計解析を行いました。

研究の特徴と限界について

この研究の特徴は、(1)一般住民を対象とした大規模コホートデータを用いた点、(2)循環器系疾患と関連する様々な要因の影響を考慮した解析手法から得られたものである点があげられます。一方で、この研究の限界は、(1)排便頻度の情報が調査開始前1年間の状態のみであること、(2)既往歴の情報が限られていること、(3)薬剤使用を含めた治療状況について調査できなかったこと等が挙げられます。排便頻度と循環器系疾患死亡との関連の因果関係について、今後のさらなる研究が望まれます。