

研究・調査報告書

報告書番号	担当
1 2	滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門
題名 (原題/訳)	
Combined impact of lifestyle factors on mortality: prospective cohort study in US women. ライフスタイル要因の死亡率への複合的影響：米国女性における前向き縦断研究	
執筆者	
van Dam RM, Li T, Spiegelman D, Franco OH, Hu FB.	
掲載誌 (番号又は発行年月日)	
BMJ. 2008 Sep 16;337:a1440. doi: 10.1136/bmj.a1440.	
キーワード	
要 旨	
<p>目的： 中年女性におけるライフスタイルの複合的要因の死亡率への影響を評価する。</p> <p>デザイン： 前向き縦断研究</p> <p>対象： Nurse' health study, United State. 1980年において心血管病と癌のない34-59歳の77782人の女性。</p> <p>方法： 5ライフスタイル要因（喫煙、肥満、運動不足、多量飲酒、低食事質スコア）に関する24年間追跡での死亡率の相対リスク。</p> <p>結果： 8882人の死亡が記録された（心血管病から1790人、癌から4527人）。それぞれのライフスタイル要因は独立かつ有意に死亡率を予測した。ライフスタイル要因がない集団に比べ5全て持つ集団の相対リスクは癌死亡率で3.26倍（95%信頼区間：2.54-4.34）、心血管病死亡率で8.17倍（4.96-13.47）、そして全死亡率で4.31倍（3.51-5.31）であった。全死亡のうち28%が喫煙によってもたらされ、55%（47%-62%）が喫煙、肥満、運動不足、低い食事の質の組み合わせによってもたらされた。飲酒を考慮することはこの値に実質的には影響しなかった。</p> <p>結論： これらの結果はライフスタイルガイドラインの固守が中年女性における著明に低い死亡率と関連していることを示す。喫煙を撲滅し、日常的な身体運動と健康的な食事を指導する努力は強めるべきである。</p>	