

健康寿命延伸のための予防医学のすすめ方  
横浜市立大学医学部社会予防医学教室教授 水嶋春朔

黒岩祐治神奈川県知事は「いのち輝くマグネット神奈川」をキャッチフレーズに、健康寿命日本一を目指す取り組みを推進しています。

第3次国民健康づくり運動である「21世紀における国民健康づくり運動」(健康日本21)(2000年)は、達成目標を具体的に9分野約70項目の数値目標を掲げ、第1次予防と第2次予防の整合性、ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの効果的な展開を示した画期的な内容でした。この背景には根拠に基づく健康政策(Evidence-based Health Policy)の世界的な潮流の影響があります。米国のHealthy People 2000、同2010や英国のHealth of the Nationなどは、根拠に基づく目標値設定を重視した健康づくり政策です。

根拠に基づく健康づくり政策の展開のためには、国民の健康寿命の延伸と生活の質の向上に向けて、健康課題の優先順位の決定からその管理までを総合的に実施する必要があります。具体的には、次の6段階の枠組みからなります<sup>1)</sup>。

- ①どの健康課題が重要であるかを評価し、優先順位を決定する。
- ②選択した健康課題に対して、その解決のために活用しうる健康サービスを把握する。
- ③それぞれについて利益と危険の根拠を総合的に評価し、最大の健康改善が得られる健康サービスを選択する。
- ④そのサービスにより達成可能な健康改善の目標を設定する。
- ⑤選択した健康サービスを実行するとともに、どのようにサービスが実施されているか管理する。
- ⑥最後に、目標がどの程度達成できたかを評価して、問題点を検討し、今後の管理方法の改善へとつなげていく。

Ikedaら<sup>2)</sup>は、日本における非感染症疾患(NCD)の死亡に寄与するリスクファクターの検討に関する分析を行い、健康寿命の延伸には喫煙対策がもっとも効果的であることを示しています。喫煙の害が取り除かれることによって、40歳平均余命は男性で1.8歳、女性で0.6歳延伸し、15歳から60歳の労働人口における労働人口の損失につながる死亡が男性で14%、女性で8%減少し、さらに60から75歳の死亡率が男性17%、女性8%減少します。

神奈川県においては、平成22年度に施行された「神奈川県公共的施設における受動喫煙防止条例」をさらに充実させ、健康寿命の延伸に最も効果的である喫煙対策を強力に推進することが望まれます。

【参考文献】

1. 水嶋春朔：地域診断のすすめ方：根拠に基づく生活習慣病対策と評価 第2版、医学書院、2006.
2. Nayu Ikeda et al. Adult Mortality Attributable to Preventable Risk Factors for Non-Communicable Diseases and Injuries in Japan: A Comparative Risk Assessment. PLoS Med 9(1) 2012: e1001160. doi:10.1371/journal.pmed.1001160