研究・調査報告書

報告書番号: 12
担当: 滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門

題名（原題／訳）
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

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。

デザイン:
前向き縦断研究

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。

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。

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：2.64-4.34）、心血管病死亡率で 8.17 倍（4.96-13.47）、そして全体死亡率で 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。

結論:
これらの結果はライフスタイルガイドラインの守法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、日常的な身体活動と健康的な食事を指導する努力は強めるべきである。