

氏名	佐藤 裕見子
学位の種類	修士 (看護学)
学位記番号	修士 第 171 号
学位授与年月日	平成 26 年 3 月 10 日
学位論文題目	地域住民の生活習慣病及び QOL と睡眠障害の関連 : 農山村地域と新興住宅地域の比較検討

## 論文内容要旨

※整理番号	176	(ふりがな) 氏名	さとう ゆみこ 佐藤 裕見子
修士論文題目	地域住民の生活習慣病及び QOL と睡眠障害の関連 : 農山村地域と新興住宅地域の比較検討		
<p>【目的】社会的背景が異なる農山村地域と新興住宅地域において、睡眠障害に影響を及ぼす生活習慣病因子及び生活環境因子、QOL 因子を明らかにし、背景となる環境要因の改善を地域ごとに図る。</p> <p>【方法】A 市にある農山村地域及び新興住宅地域に居住する住民で、平成 24 年度特定健診を受診した者に対して自記式質問用紙による調査を実施した。評価指標は 1) Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) 5.5 以上を睡眠障害ありとした。2) 生活習慣病因子は特定健診結果 (BMI・最高血圧・最低血圧・HbA<sub>1c</sub>・LDLchol・HDLchol・中性脂肪・喫煙の有無・飲酒の有無・運動の有無) 及び食習慣の 11 項目を、生活環境因子は一人暮らし・要介護者の有無・就業の有無・畑仕事の有無・地域との関係に関連する計 9 項目を 2 値化した。3) QOL 因子は WHO Quality of Life 26 Scale の全体項目 (生活満足度・健康満足度)、身体的領域、心理的領域、社会的関係、心理的領域、環境的領域の 6 領域の下位 26 項目に 1. 全く悪い 2. 悪い 3. ふつう 4. 良い 5. 非常に良い、の順に 1, 2, 3, 4, 5 点を配した。次に生活習慣病因子及び生活環境因子、QOL 因子と睡眠障害との関連を <math>\chi^2</math> 検定、Fisher の直接確率法、t 検定、ロジステック回帰分析を用いて検討した。</p> <p>【結果】調査対象者 1,091 人 (農山村地域 520 人 新興住宅地域 571 人) のうち有効回答者は 614 人 (57.2%) であった。生活習慣病因子と睡眠障害の関連については、65 歳未満男女で、農山村地域において飲酒する者の睡眠障害のオッズ比が高かった (<math>p &lt; 0.01</math>)。新興住宅地域では最低血圧 90mmHg 以上の者が高かった (<math>p &lt; 0.05</math>)。65 歳以上の男女別地域比較では、農山村地域の女性において HbA<sub>1c</sub> 5.5% 以上の者がオッズ比が高かった (<math>p &lt; 0.05</math>)。生活環境因子と睡眠障害の関連では、65 歳未満では、農山村地域で就業している者が低く (<math>p &lt; 0.05</math>)、新興住宅地域では地域が好きでない者が高かった (<math>p &lt; 0.05</math>)。65 歳以上では、農山村地域男性において日常生活でストレスを感じる者が (<math>p &lt; 0.01</math>)、新興住宅地域男性において地域活動をしない者が (<math>p &lt; 0.05</math>)、新興住宅地域女性において地域が好きでない者のオッズ比が高かった (<math>p &lt; 0.05</math>)。睡眠障害と QOL との関連については、両地域において生活に満足 (<math>p &lt; 0.01</math>)、健康に満足 (<math>p &lt; 0.01</math>)、治療が必要ない (<math>p &lt; 0.01</math>)、気分が落ち込まない (<math>p &lt; 0.05</math>) においてオッズ比が低かった (<math>p &lt; 0.01</math>)。農山村地域では、生活が楽しい (<math>p &lt; 0.05</math>)、夫や妻の関係に満足 (<math>p &lt; 0.01</math>) している者でもオッズ比が低かった。</p> <p>【考察】生活習慣病因子である最低血圧、HbA<sub>1c</sub>、飲酒が睡眠障害に影響を及ぼすことが示唆され、先行研究と同様の結果を得た。飲酒が睡眠障害のリスクとなるのは農山村地域特有の飲酒習慣によるものと考えられる。さらに、生活環境因子については、就業することが睡眠に良い影響を与えていた。今回の検討でも、就業することが QOL 因子の生活及び健康満足度、娯楽の機会及び必要な物を買えるなどの満足度にも影響を及ぼしていた。65 歳以上男性では、農山村地域で生活にストレスを感じるものが、新興住宅地域で地域活動をしないことが睡眠障害のリスクとなっていた。各々の地域では、睡眠障害に影響を及ぼす生活習慣病因子及び生活環境因子が異なること、また 65 歳以上男性では生活習慣病因子以上に生活環境因子が睡眠障害に影響を及ぼすことが示唆された。QOL 因子が睡眠障害に及ぼす影響については、両地域とも生活及び健康の満足度、治療が必要でないこと、気分の落ち込みがないことが睡眠障害のリスクを低くしており、先行研究と同様の結果を得た。農山村地域では、生活が楽しいことや夫や妻の関係に満足することが睡眠障害のリスクを低くしていると考えられた。</p> <p>【総括】農山村地域と新興住宅地域では、睡眠障害に影響を及ぼす生活習慣病因子、生活環境因子及び QOL 因子が異なることが初めて明らかになった。また、就業の有無、地域への愛着や地域のつながりなど生活環境因子及び QOL 因子のうち、生活が楽しいことや夫や妻の関係が睡眠障害に影響を与えることも新規な成績である。しかし、その因果関係を明確にするためには、今後の追跡調査による検討が必要であると考えられた。一方、今回の成績は、地域特性に応じた環境整備の遂行上、有用であることが期待される。</p>			