

高山 美智代

慶応義塾大学医学部クリニカルリサーチセンター 助教

超高齢者の虚弱関連バイオマーカーとQOL関連要因の検討

—超高齢者の包括的住民調査より—

日本は未曾有の超高齢社会の到来を目前にしている。我々は、心身ともに健康な高齢者の暮らしに資する要因を学際的に探索するべく、東京都心部在住の85歳以上高齢者（超高齢者）を対象にコホート研究を開始した。2008年から2010年にかけて542名の超高齢者コホートの基礎調査が完了した。主な調査項目は、内科診察、歯科診察、身体計測、血液検査、運動能力、骨密度、頸動脈エコー等である。また、質問票を用いて生活習慣、趣味、食習慣、QOL等を調査した。

本研究では、超高齢者の虚弱に着目し、虚弱の評価ができた400名（平均87歳）を対象に虚弱の評価と虚弱に関連する要因を時間横断的に検討した。全体の約二割が虚弱と判定され、非虚弱群に比べて虚弱群は年齢が高く、主観的幸福感が低く、関節痛の頻度が高かった。血液検査からは低栄養と潜在的炎症が示唆された。運動習慣や趣味を持つ割合が低く、食習慣では、n-3多価不飽和脂肪酸摂取量が少なかった。今後の追跡調査で虚弱リスクに関連する要因を時間縦断的に検証する予定である。