

## 夫婦は同じ生活習慣病になりやすい？

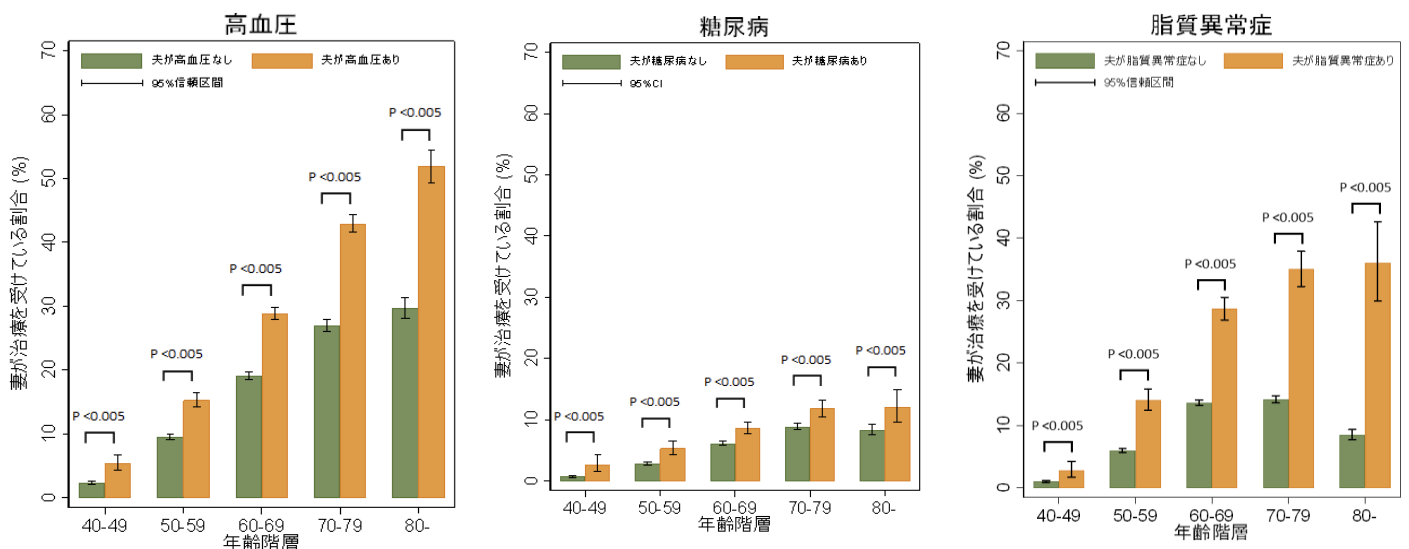
生活習慣病の原因には遺伝的な要因と生活習慣の両方が影響することが知られています。

一方、夫婦は基本的に遺伝的な繋がりはありませんが、同じような生活スタイルを取ることが多いと思います。今回の研究は日本の86,941組の40歳以上の夫婦を対象に生活習慣病の夫婦間の関連について検討しました。今回は日本発の研究で英の有名医学雑誌に2020年7月に掲載されたものです。

### ●夫婦は同じ生活習慣病になりやすい！

夫が生活習慣病で治療を受けている場合、妻も同じ病気で治療を受ける危険性は高血圧で1.79倍、糖尿病で1.45倍、脂質異常症で2.58倍上昇することがわかりました。(1を上回ると危険性が上昇する)

つまり夫婦は同じ生活習慣病になりやすいとのことでした。



### ●家族と一緒に健康的な生活へ！

夫婦は同居して同じ食事を摂ることや飲酒、喫煙、運動など互いの生活スタイルに影響を与えます。今回の結果から生活習慣病の予防、早期発見、悪化防止には一緒に食事や運動などの生活習慣を改善したり、健康診断を受けたりすることが大切とのことでした。

家族みんなで健康的になれるよう気をつけましょう。



参考：Takeo watanabe et al. Concordance of hypertension, diabetes and dyslipidaemia in married couples: cross-sectional study using nationwide survey data in Japan *BMJ Open* 2020;10:e036281

筑波大学 プレスリリース <http://www.tsukuba.ac.jp/wp-content/uploads/20200731sugiyama-1.pdf>

発行元：株式会社スイッチオンサービス 編集者： 調査研究室 今田・藤本

内容に関するご意見やお問合せ、勉強会の講師などのご依頼は、こちらまで⇒

