

65歳未満健康・死亡率改善プロジェクトが展開する 血圧対策のポピュレーションアプローチ： 郵便局血圧測定プロジェクト

沖縄県医師会 65歳未満健康・死亡率改善プロジェクト

琉球大学 グローバル教育支援機構 保健管理部門 崎間 敦



高血圧治療における顕著な進歩は、高血圧患者の血圧値を下げることに貢献しているが、高血圧は依然として世界的に重大な健康問題である。わが国では、高血圧者数は4,300万人と推計されている。そのうち、約3,100万人が管理不良（血圧レベル140/90 mmHg以上）の高血圧者である。管理不良高血圧者のうち、1,400万人は自身が高血圧であることに気づいておらず、450万人は自身の高血圧に気づいていながら放置しており、1,250万人は降圧薬を服用しているにもかかわらず血圧管理不良であることが報告されている。高血圧は脳心血管病の確立した危険因子であり、特に日本人では喫煙と並んで主な脳心血管病の原因であることが示されている。

脳心血管病の発症や死亡への寄与は、高血圧（血圧レベル140/90 mmHg以上）だけでなく、正常高値血圧（収縮期血圧120～129 mmHgかつ拡張期血圧80 mmHg未満）と高値血圧（収縮期血圧130～139 mmHgかつ/または拡張期血圧80～89 mmHg）においても大きいことから、血圧レベルと脳心血管病の関連は少なくとも正常血圧領域までは低ければ低いほど望ましいと考えられ、40歳から80歳代までの各年齢層で血圧と総死亡は正の関連を示している。さらに、降圧薬を用いたランダム化比較試験等から、降圧による脳心血管病の予防効果は明らかである。高齢者においても、降圧による脳心血管病および総死亡の減少が確認されている。降圧薬の心血管イベントの予防に関する大規模臨床試験をメタ解析するために設立された研究組織であるBlood Pressure Lowering Treatment

Trialists' Collaboration (BPLTTC) は、55歳未満から84歳までの幅広い年齢層において、降圧薬治療によりSBPを5 mmHg低下させると、脳心血管病の発症率が有意に低減し、かつJカーブ現象は認めないことを報告した。これらの知見等を踏まえ、令和6年度からスタートする『健康日本21（第三次）』では、降圧薬非服薬者、服薬者を問わず、40歳以上の全国民の血圧レベルを正常血圧に近づくよう低下させるという観点で、ベースライン値（令和元年度）から収縮期血圧5 mmHgの低下（令和14年度）目標を設定している。

さて、本県の高血圧の現状について、働き盛り世代を中心に考えてみたい。沖縄労働局は、沖縄県内の事業所で実施された健康診断の結果を分析して、その分析結果を全国と比較している。それによると、2022年の健診結果で何らかの異常があった有所見者の割合が72.1%であった。この値は全国平均の58.3%を13.8ポイントも上回り、12年連続で全国最下位に停滞したままである。さらに、沖縄の有所見率と全国の有所見率の差が拡大傾向にある。項目別の有所見率の推移をみると、血中脂質が最も高く、次いで血圧、肝機能の順であった。沖縄県医師会は平成30年度より『働き盛り世代の健康づくり』を支援することを目的として、65歳未満健康・死亡率改善プロジェクトを展開している。このプロジェクトでは、沖縄県の働き盛り世代の死亡原因を明らかにするために、定期的に健診データの分析を行っている。その結果、沖縄県の65歳未満（30～64歳）の死亡原因の第1位は男女とも平成30年度の分析開

始から一貫して高血圧関連疾患であることを報告している。また、脳卒中データバンク等の分析により、沖縄県の働き盛り世代の脳出血をおこした患者の高血圧の有病率が全国平均より高いことも明らかとなっている。高血圧が脳出血の最大の危険因子であることが明白である。血圧対策は、沖縄県民の健康づくりにとって極めて重要である。

そこで、沖縄県医師会 65 歳未満健康・死亡率改善プロジェクトは、自身が高血圧であることに気づいていない、自身の高血圧に気づいていながら放置している等の健康無関心層を医療機関につなげる支援、降圧薬を服用しているにもかかわらず血圧管理不良の高血圧患者の血圧

管理向上の支援を目指して、血圧対策のポピュレーションアプローチに関するパイロット事業を展開することとした。まず、本プロジェクトの協定を締結しているうるま市において、令和 6 年 2 月より市内の 11 の郵便局に自動血圧計の設置、血圧手帳の配布、市内を中心とした医療機関のリストの掲示等をスタートした。県民が多く訪れる地域の郵便局に血圧を測定するスペースを整備し、気軽に血圧を測っていただいで、血圧の気になる値や異常値に気づいたら医療機関受診を促すような案内を行っている。次年度以降は、うるま市におけるパイロット事業を進めながら、県内各地へ郵便局血圧測定プロジェクトを展開することを計画している。



血圧測定の様子

