

## 35 本態性高血圧患者における life-style modification に対する血管年齢の動機付け介入試験

研究代表者名：大石 充

共同研究者名：高木 崇、伊東範尚、海辺正治、寺井美奈子、楽木宏実、荻原俊男

施設名：大阪大学大学院医学系研究科老年・腎臓内科学

### 背景

本態性高血圧症をはじめとする生活習慣病は心血管イベントの危険因子であることが知られており、食事・運動・喫煙などの生活習慣の改善が血圧の安定化に重要な役割を果たしていることは周知の事実である。しかしながら、個々の患者において今までの生活習慣を改善することは非常に難しく、その一つの大きな理由として今までの生活習慣を根本から変え得るような動機付けが困難であることがあげられる。我々は、脈波伝播速度（PWV）を測定することにより求められる「血管年齢」がこのような動機付けとして有用かどうかを判定するために、本態性高血圧症を生活習慣病のモデルケースとして、生活療法への「血管年齢」の臨床介入試験を計画する。

### 対象と方法

大阪大学医学部附属病院の外来に通院中で、35歳から79歳の理解力があり自立している本態性高血圧患者を対象とする。PWV値に異常を来し得る閉塞性動脈硬化症および心収縮障害（EF<40%）を合併する患者は除外。アンケートは食習慣、喫煙・飲酒などの嗜好、運動状況などを半定量化出来る形で作成し患者には自由に記入してもらい、生活療法の冊子を用いて個々の危険因子に基づいた生活指導を行う。12ヶ月後に全く同じアンケートを行い生活習慣が是正されたかを評価するとともに脈波伝播速度を測定し、血管年齢を含めた個々の危険因子に基づいた生活指導を再度行う。生活指導自体の質の影響を排除するために、同一の冊子（荻原俊男編集「つきあいかたシリーズ高血圧・糖尿病」）を用いて各個人の異常値を認めた項目に対応する生活療法の項目を指し示すにとどめ、基本的には患者個人の自己努力によるものとする。

### 結果

倫理委員会との協議の結果プロトコルの変更を含めて実施許可を得た（承認番号0517 平成17年3月11日）。現在までに108名（男性；女性=58；50）の症例登録が終了している。これに先駆けて行われたpilot study（N=15）では最終12名（男女非=7/5；56±9歳）が12ヶ月のフォローを終了している。エントリー時、6ヶ月時および12ヶ月時の検討では（6ヶ月時にPWVによる血管年齢介入を行う）、体重は68.9kg→68.0kg→67.9kgと有意な変化を示さず、総コレステロールも223mg/dl→221mg/dl→209mg/dlで有意な変化を示さなかった。中性脂肪は164mg/dl→180mg/dl→129mg/dlと6ヶ月と12ヶ月において有意に（p=0.0116）低値を示した。PWV値は1609cm/sec→1523cm/secと有意な変化を示さなかった。喫煙者数は5名→4名→1名と6ヶ月と12ヶ月で有意な（p<0.01）減少を認めたが、アルコール摂取者数は7名→4名→5名と有意な変化を示さなかった。この介入pilot試験において、測定値における個人差が大変大きいことに驚愕を覚えた。また患者様の血管年齢に対する関心は高くPWVを規定する因子に対する質問

