

協会けんぽ神奈川支部加入者(横浜市在住)の生活習慣病 予防健診3年継続受診者(H29・H30・R1)の保健指導の効果に ついて

<分析の概要>

- 平成 29 年度、30 年度、令和1年度の 3 年間続けて健診を受けた人のうち、平成 29 年度の健診結果で、特定保健指導(積極的支援、動機付け支援)の対象となった人を分析対象とした。
- 平成 29 年度の支援の有無(保健指導を受けたか否か)で、2 年後の検査値の改善度合いと、検査値の変化を分析した。なお、平成 30 年度、令和 1 年度の支援の有無は考慮していません。
- 分析に用いた検査項目は、以下の 12 項目
BMI、腹囲、収縮期血圧、拡張期血圧、総コレステロール、中性脂肪、HDL コレステロール、LDLコレステロール、空腹時血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFR

<結果の概要>

- ◆積極的支援では、「収縮期血圧」と「拡張期血圧」で、保健指導を受けた人の方が、受けなかった人よりも、指導実施 2 年後の検査値の改善度合いが大きくなっていった。
◎保健指導による生活習慣(食生活や運動等)の改善が大切であることの根拠になった。
- ◆保健指導を受けなかった人でも、検査値の改善がみられた項目が、積極的支援で4項目、動機付け支援で4項目あった。
◎健診を継続受診することが、検査値改善に効果がある可能性が示唆された。

～積極的支援対象者(平成 29 年度)の2年後の検査値について～

【保健指導を受けた人で、検査値が改善していた項目】

腹囲、BMI、収縮期血圧、拡張期血圧

【保健指導を受けなかった人で、検査値が改善していた項目】

腹囲、BMI、収縮期血圧、拡張期血圧

～動機付け支援対象者(平成 29 年度)の 2 年後の検査値について～

【保健指導を受けた人で、検査値が改善していた項目】

腹囲、BMI、収縮期血圧、拡張期血圧

【保健指導を受けなかった人で、検査値が改善していた項目】

腹囲、BMI、収縮期血圧、拡張期血圧

- 各項目の詳細は、本文を参照してください。

保健指導の効果についての評価

3年間継続して健診を受けた人を対象に、保健指導(積極的支援及び動機付け支援)の効果について、指導実施の2年後の検査結果から分析しました。

分析した検査項目は、BMI、腹囲、収縮期血圧、拡張期血圧、総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、空腹時血糖、HbA1c、血清クレアチニン、eGFRの12の項目で、統計学的検定は、 $p < 0.05$ をもって有意差ありとしました。

【分析対象者】

1 積極的支援の効果について

平成29年度から令和1年度の3年間継続して健診を受けた人(69,262人)のうち、平成29年度の健診結果で積極的支援対象者と判定された人(7,685人)を分析対象としました。

◇分析対象者7,685人の支援利用状況内訳

	積極的支援利用者	積極的支援未利用者	合計
男性	791人(11.3%)	6,194人(88.7%)	6,985人(100.0%)
女性	83人(11.9%)	617人(88.1%)	700人(100.0%)
合計	874人(11.4%)	6,811人(88.6%)	7,685人(100.0%)

2 動機付け支援の効果について

平成29年度から令和1年度の3年間継続して健診を受けた人(69,262人)のうち、平成29年度の健診結果で動機付け支援対象者と判定された人(5,080人)を分析対象としました。

◇分析対象者5,080人の支援利用状況内訳

	動機付け支援利用者	動機付け支援未利用者	合計
男性	485人(12.9%)	3,275人(87.1%)	3,760人(100.0%)
女性	156人(11.8%)	1,164人(88.2%)	1,320人(100.0%)
合計	641人(12.6%)	4,439人(87.4%)	5,080人(100.0%)

【分析方法】

平成29年度に積極的支援(または動機付け支援)対象者と判定された人のうち、実際に平成29年度に支援を利用した人(利用者)と、利用しなかった人(未利用者)の、令和1年度の検査値の変化を分析しました。また、利用者と未利用者の検査値の変化の度合い(改善度合い)の違いについても分析しました。なお、平成30年度、令和1年度の支援利用の有無は考慮していません。

(1)「積極的(または動機付け)支援利用者」および「積極的(または動機付け)支援未利用者」の検査値の変化について

平成29年度の積極的(または動機付け)支援利用者と未利用者のそれぞれが、2年後に検査値が改善していたのかどうかを、反復測定による分散分析を用いて統計学的検定を行いました。

(2)「積極的(または動機付け)支援利用者」と「積極的(または動機付け)支援未利用者」の改善度合いの違いについて

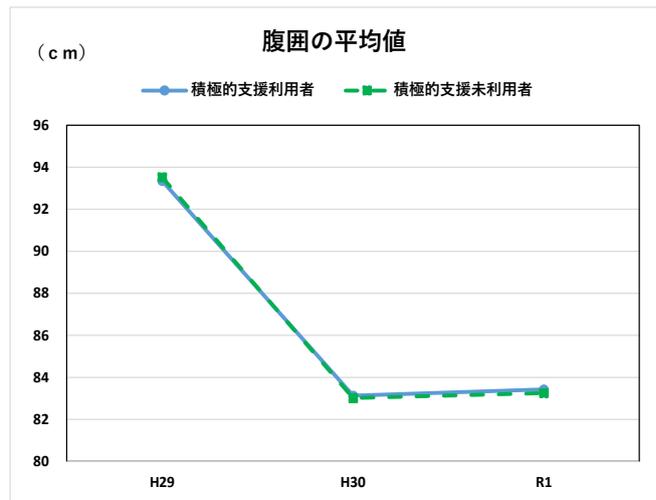
平成29年度の積極的(または動機付け)支援利用者と未利用者との、2年後の改善度合いの違いについて、二元配置分散分析(対応のない因子と対応のある因子の二元配置分散分析)を用いて検定しました。

① 腹囲

積極的支援の効果について

	腹囲平均値 (cm)			H29とR1の平均値の差 (cm)	腹囲の変化の検定	支援利用と未利用による改善度合いの違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	93.34	83.13	83.42	▲9.92	有意に改善	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,808)	93.52	83.02	83.25	▲10.27	有意に改善	

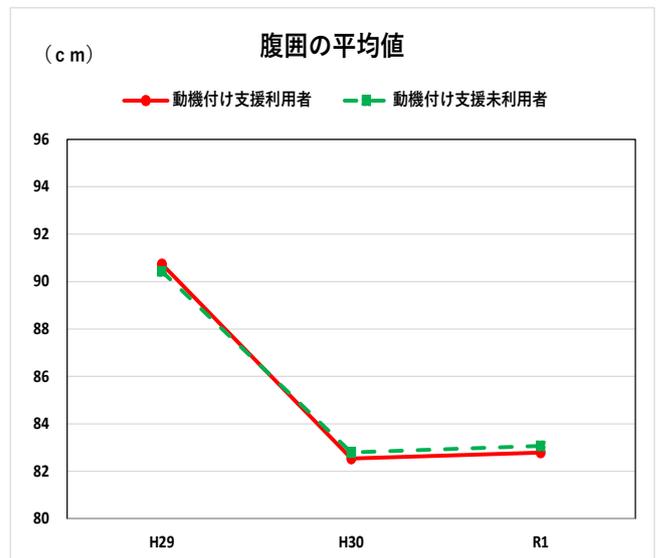
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に統計的に有意に腹囲が減少していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに、有意な差はみられませんでした。



動機付け支援の効果について

	腹囲平均値 (cm)			H29とR1の平均値の差 (cm)	腹囲の変化の検定	支援利用と未利用による改善度合いの違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	90.74	82.53	82.79	▲7.96	有意に改善	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,434)	90.43	82.80	83.07	▲7.36	有意に改善	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に腹囲が減少していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに、有意な差はみられませんでした。

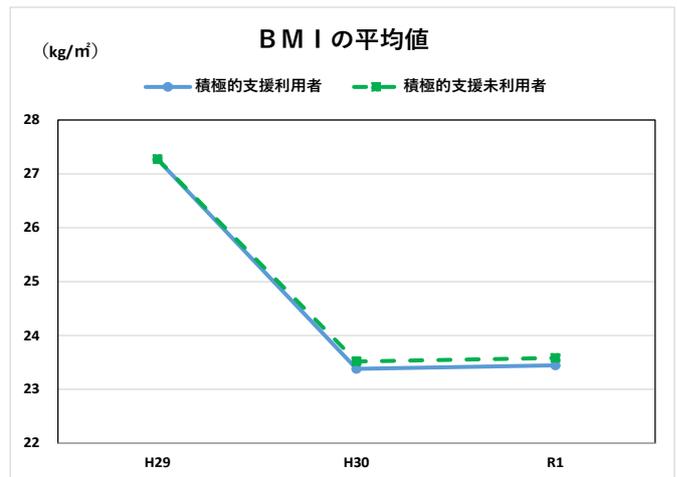


② BMI

積極的支援の効果について

	BMI 平均値 (kg/m ²)			H29とR1 の平均値の 差(kg/m ²)	BMI の変化 の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	27.27	23.38	23.44	▲3.83	有意に改善	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,811)	27.28	23.52	23.58	▲3.69	有意に改善	

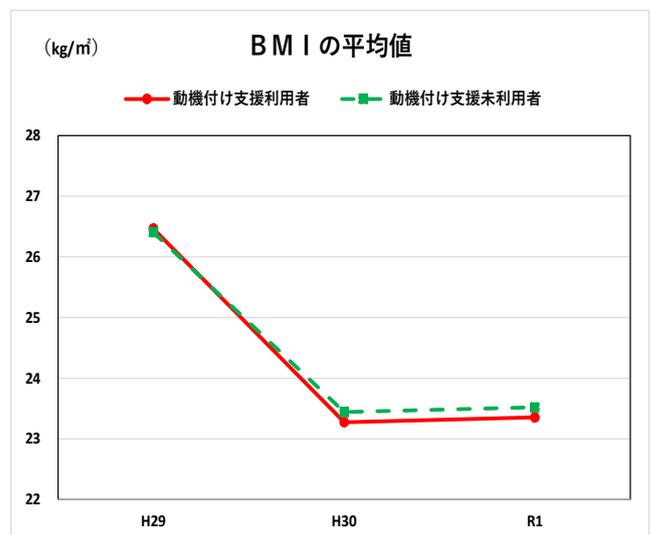
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に統計的に有意にBMIが減少していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに、有意な差はみられませんでした。



動機付け支援の効果について

	BMI 平均値 (kg/m ²)			H29とR1 の平均値 の差(kg/ m ²)	BMI の変化 の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	26.47	23.28	23.36	▲3.11	有意に改善	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,436)	26.41	23.44	23.52	▲2.89	有意に改善	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも2年後に統計的に有意にBMIが減少していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに、有意な差はみられませんでした。

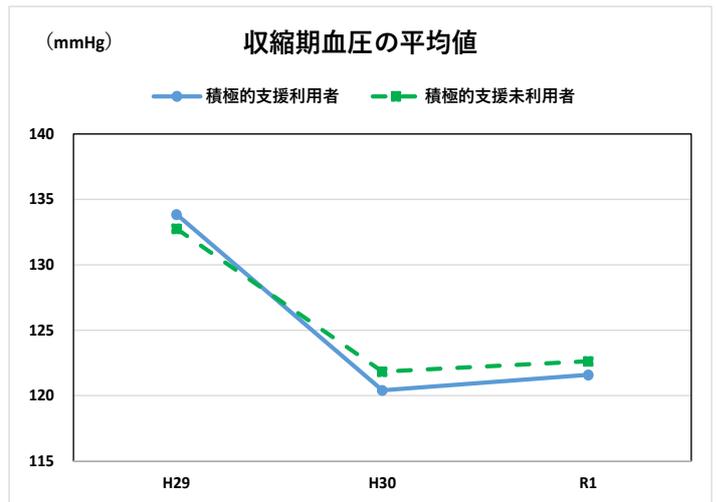


③ 収縮期血圧

積極的支援の効果について

	収縮期血圧平均値 (mmHg)			H29とR1 の平均値の 差(mmHg)	収縮期血圧 の変化の検 定	支援利用と未利用に よる改善度合いの違 いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	133.83	120.40	121.70	▲12.25	有意に改善	有意差あり (支援利用者の方が 改善)
積極的支援未利用者 (n=6,811)	132.74	121.82	122.62	▲10.13	有意に改善	

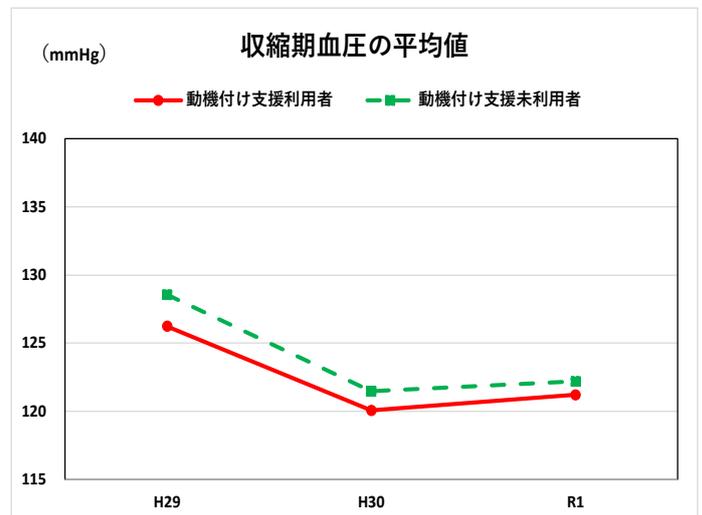
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に収縮期血圧が低下していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いを検定したところ、利用者の方が未利用者よりも改善していました。



動機付け支援の効果について

	収縮期血圧平均値 (mmHg)			H29とR1 の平均値 の差 (mmHg)	収縮期血圧の 変化の検定	支援利用と未利用による改善度 合いの違いの 検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	126.24	120.06	121.20	▲5.04	有意に改善	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,438)	128.55	121.47	122.19	▲6.36	有意に改善	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に収縮期血圧が低下していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

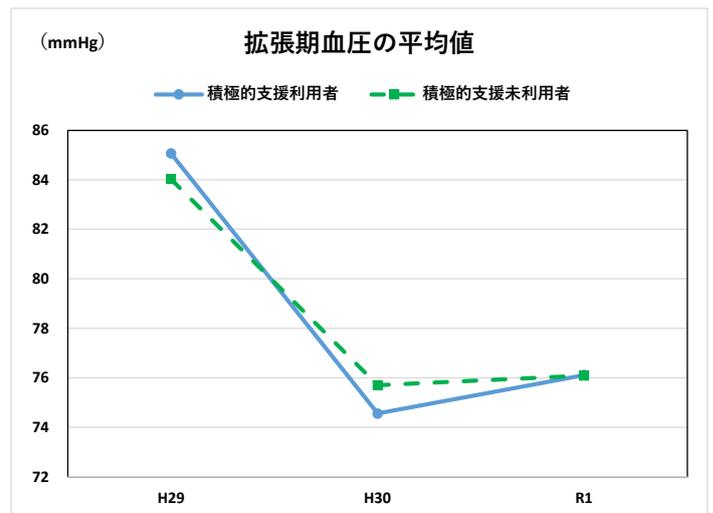


④ 拡張期血圧

積極的支援の効果について

	拡張期血圧平均値 (mmHg)			H29とR1の 平均値の差 (mmHg)	拡張期血圧 の変化の検 定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	85.07	74.56	76.11	▲8.96	有意に改善	有意差あり (支援利用者の方が改善)
積極的支援未利用者 (n=6,811)	84.03	75.70	76.09	▲7.94	有意に改善	

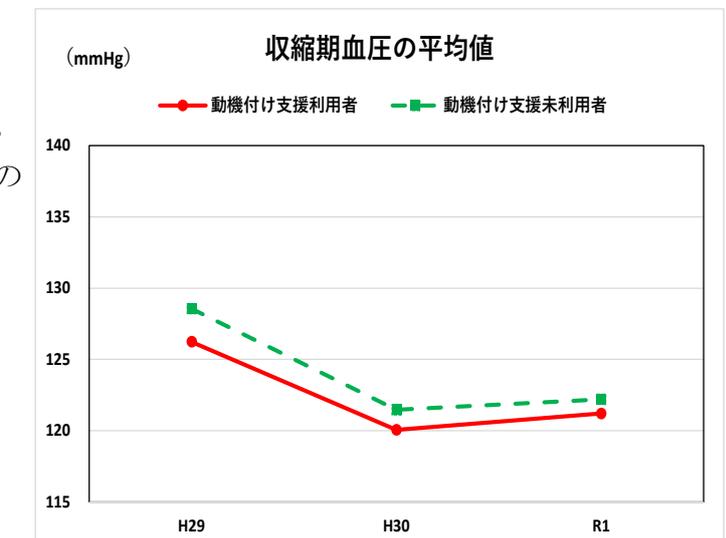
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に収縮期血圧が低下していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いを検定したところ、利用者の方が未利用者よりも改善していました。



動機付け支援の効果について

	拡張期血圧平均値 (mmHg)			H29とR1の 平均値 の差 (mmHg)	拡張期血圧の 変化の検定	支援利用と未利用 による改善度 合いの違いの 検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	78.90	74.70	75.98	▲2.92	有意に改善	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,439)	80.06	75.47	76.11	▲3.94	有意に改善	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に拡張期血圧が低下していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

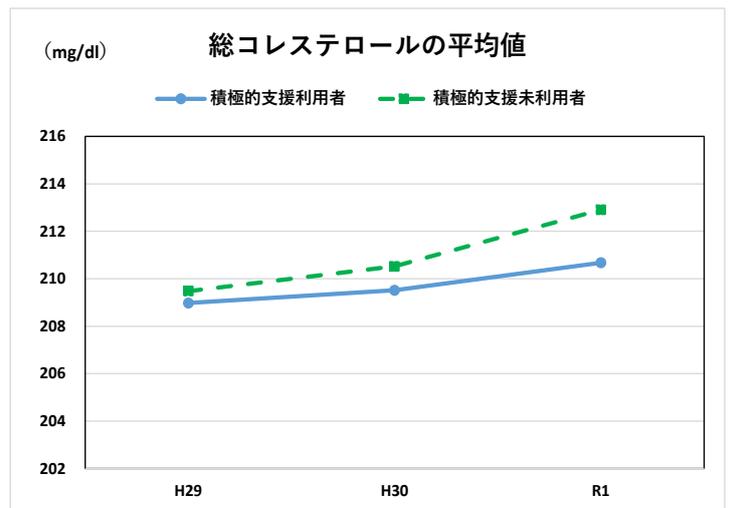


⑤ 総コレステロール

積極的支援の効果について

	総コレステロール 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	総コレステ ロールの変 化の検定	支援利用と未利用 による改善度合 いの違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	208.98	209.51	210.67	1.70	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,797)	209.48	210.52	212.90	3.43	有意に悪化	

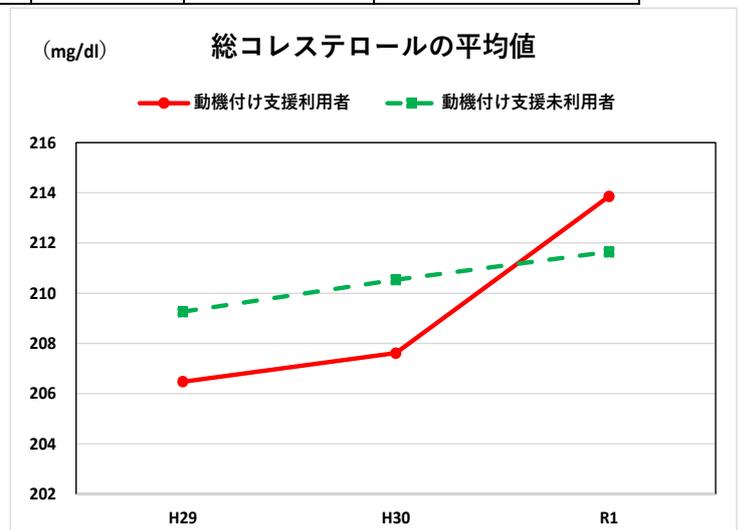
◆積極的支援利用者は、2年後に総コレステロールの有意な変化はありませんでした。未利用者は、2年後に有意に総コレステロールが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	総コレステロール 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の 差 (mg/dl)	総コレステ ロールの変 化の検定	支援利用と未利用 による改善度合 いの違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	206.48	207.62	213.86	7.38	有意に悪化	有意差あり (支援利用者の方 が悪化)
動機付け支援未利用者 (n=4,428)	209.26	210.54	211.65	2.39	有意に悪化	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に総コレステロールが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いを検定したところ、利用者の方が未利用者よりも悪化していました。

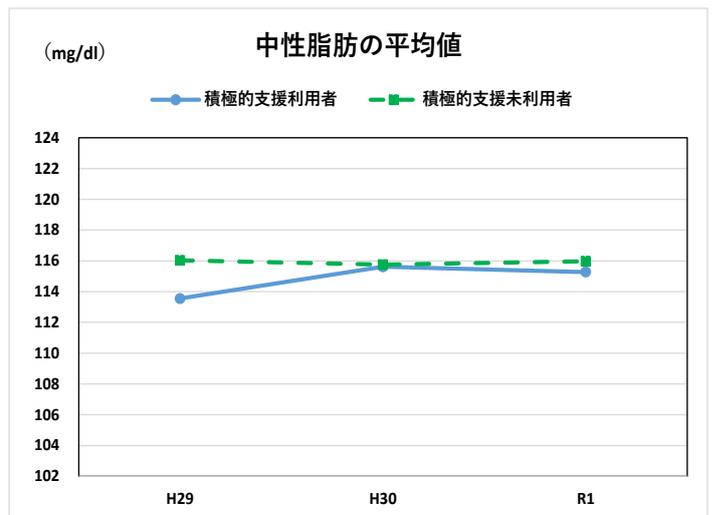


⑥ 中性脂肪

積極的支援の効果について

	中性脂肪平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	中性脂肪の 変化の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	113.54	115.61	115.28	1.73	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,801)	116.03	115.75	115.98	▲0.05	有意差なし	

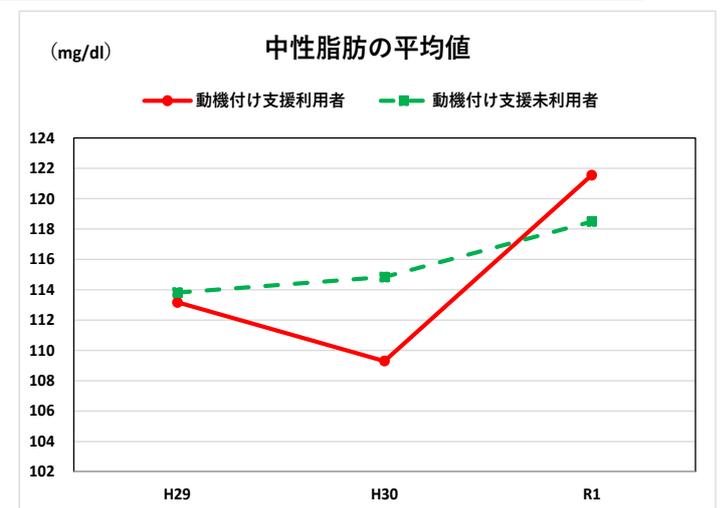
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に中性脂肪に有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	中性脂肪平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	中性脂肪 の変化の 検定	支援利用と未利用 による改善度 合いの違いの検 定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	113.17	109.30	121.56	8.39	有意差なし	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,432)	113.82	114.84	118.49	4.67	有意差なし	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に中性脂肪の有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに有意な差は見られませんでした。

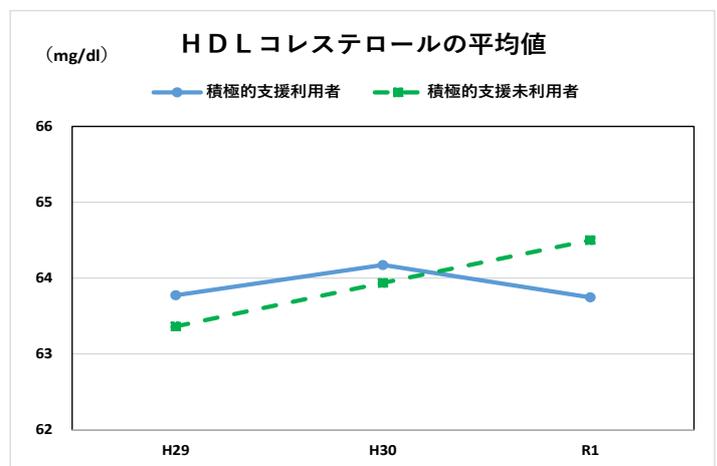


⑦ HDLコレステロール

積極的支援の効果について

	HDL 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	HDLコレス テロールの 変化の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	63.78	64.17	63.75	▲0.03	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,801)	63.36	63.94	64.50	1.14	有意に改善	

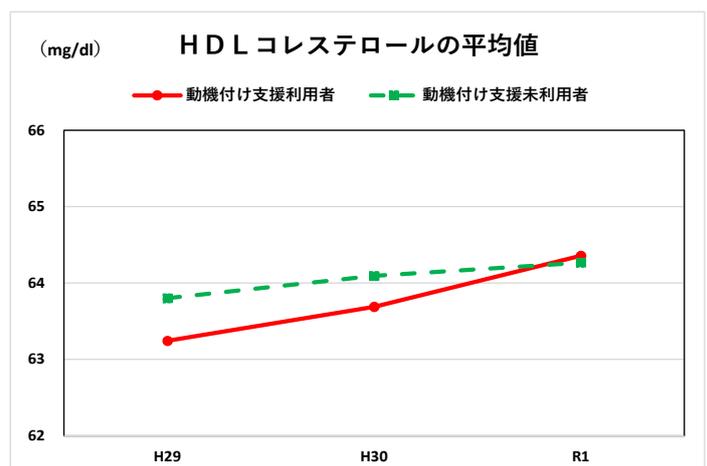
◆積極的支援利用者では、2年後にHDLコレステロールの有意な変化はありませんでした。未利用者では、2年後に有意にHDLコレステロールが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	HDLコレステロール 平均値 (mg/dl)			H29と R1の平 均値の 差 (mg/dl)	HDLコレステ ロールの変 化の検定	支援利用と未 利用による改 善度合いの違 いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	63.24	63.69	64.36	1.11	有意差なし	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,432)	63.80	64.09	64.27	0.46	有意差なし	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後にHDLコレステロールに有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

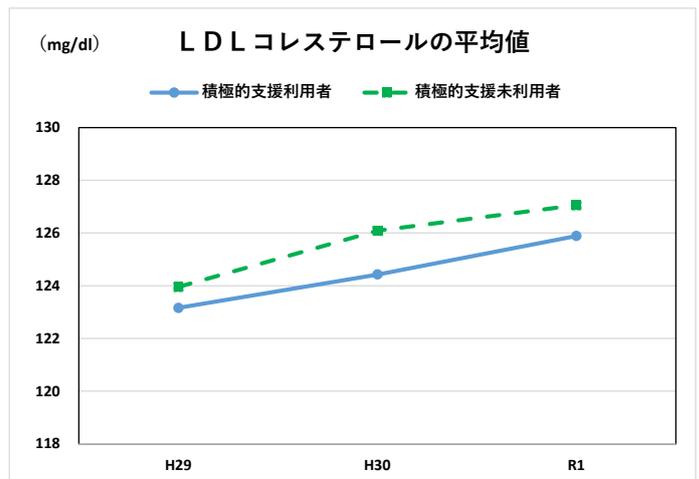


⑧ LDLコレステロール

積極的支援の効果について

	LDLコレステロール 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	LDLコレステ ロールの変 化の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	123.16	124.42	125.89	2.73	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,806)	123.95	126.09	127.05	3.10	有意に悪化	

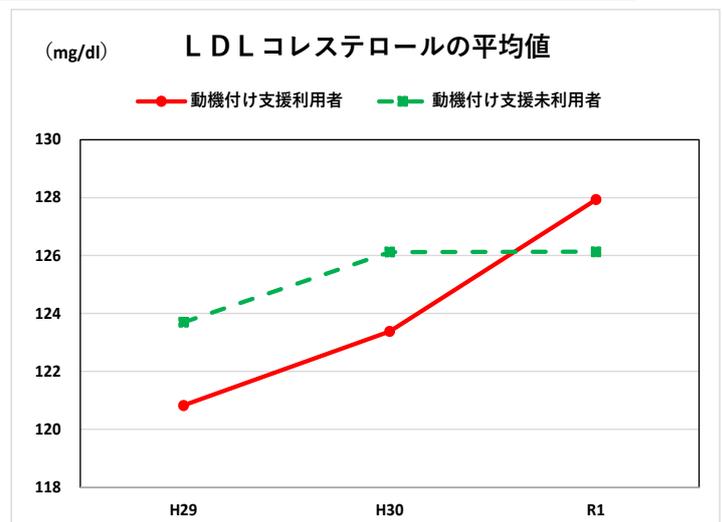
◆積極的支援利用者では、2年後にLDLコレステロールの有意な変化はありませんでした。未利用者では、2年後に有意にLDLコレステロールが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	LDLコレステロール 平均値 (mg/dl)			H29とR1 の平均値 の差 (mg/dl)	LDLコレス テロールの 変化の検定	支援利用と未 利用による改 善度合いの違 いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	120.82	123.38	127.93	7.11	有意に悪化	有意差あり (支援利用者 の方が悪化)
動機付け支援未利用者 (n=4,435)	123.70	126.12	126.13	2.43	有意に悪化	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意にLDLコレステロールが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いを検定したところ、利用者の方が未利用者よりも悪化していました。

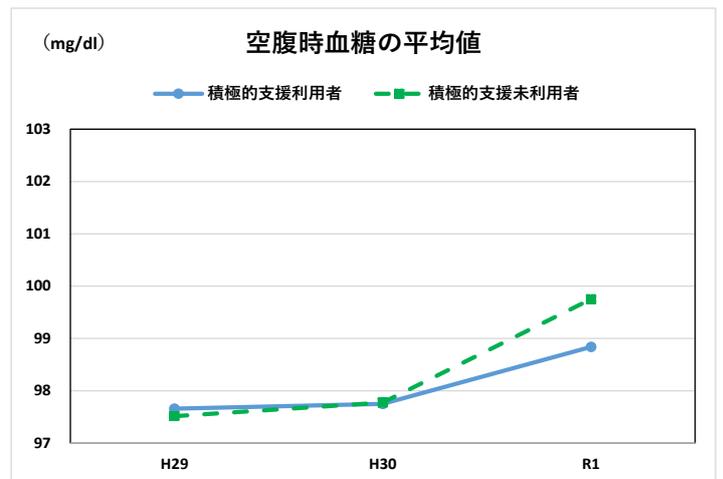


⑨ 空腹時血糖

積極的支援の効果について

	空腹時血糖値 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	空腹時血糖 の変化の検 定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=769)	97.66	97.75	98.84	1.18	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=5,836)	97.52	97.77	99.75	2.24	有意に悪化	

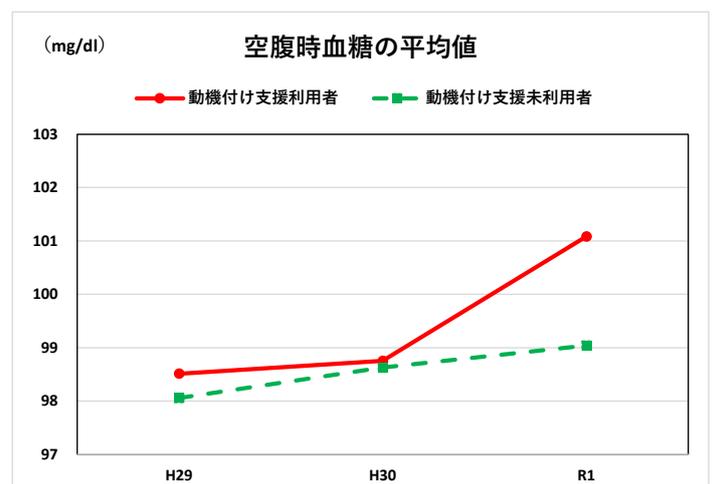
- ◆積極的支援利用者では、2年後に空腹時血糖の有意な変化はありませんでした。未利用者では、2年後に有意に空腹時血糖が増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	空腹時血糖値 平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	空腹時血糖 の変化の検 定	支援利用と未 利用による改善 度合いの違い の検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=534)	98.51	98.75	101.08	2.57	有意差なし	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=3,749)	98.06	98.63	99.04	0.98	有意差なし	

- ◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に空腹時血糖の有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度合いの違いに有意な差は見られませんでした。

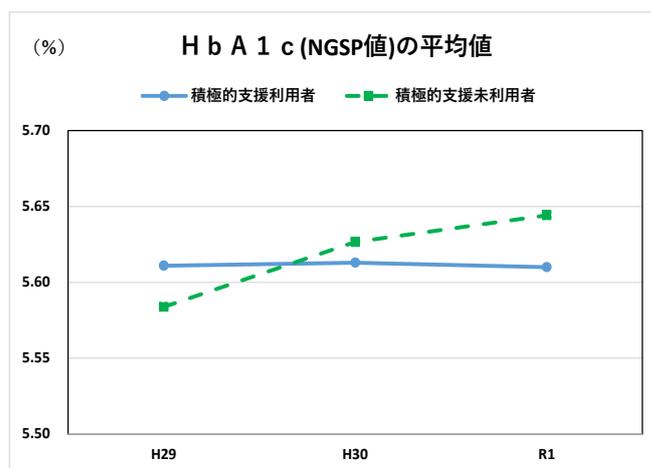


⑩ H b A 1 c

積極的支援の効果について

	HbA1c 平均値 (%)			H29とR1の平均値の差 (%)	HbA1c の変化の検定	支援利用と未利用による改善度合いの違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=100)	5.61	5.61	5.61	0.00	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=778)	5.58	5.63	5.64	0.06	有意差なし	

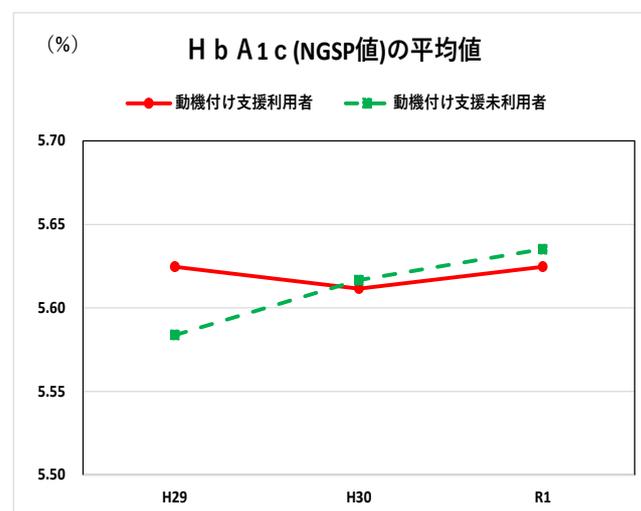
◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後にHbA1cの有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	HbA1c 平均値 (%)			H29とR1の平均値の差 (%)	HbA1c の変化の検定	支援利用と未利用による改善度合いの違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=69)	5.62	5.61	5.62	0.00	有意差なし	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=475)	5.58	5.62	5.64	0.05	有意差なし	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後にHbA1cの有意な変化はありませんでした。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

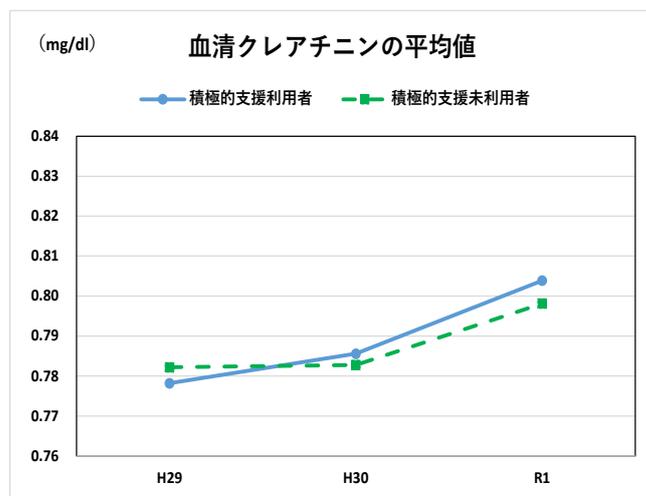


⑪ 血清クレアチニン

積極的支援の効果について

	血清クレアチニン平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	血清クレアチ ニンの変化 の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	0.778	0.786	0.804	0.026	有意差なし	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,806)	0.782	0.783	0.798	0.016	有意に悪化	

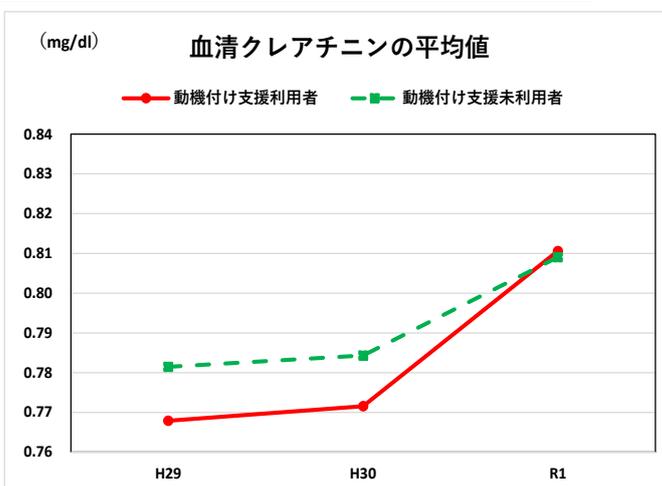
◆積極的支援利用者は、2年後に血清クレアチニンの有意な変化はありませんでした。未利用者は2年後に有意に血清クレアチニンが増加していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	血清クレアチニン平均値 (mg/dl)			H29とR1の 平均値の差 (mg/dl)	血清クレアチ ニンの変化 の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	0.768	0.772	0.811	0.043	有意に悪化	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,435)	0.781	0.784	0.809	0.028	有意に悪化	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意に血清クレアチニンが増加していました。また、平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

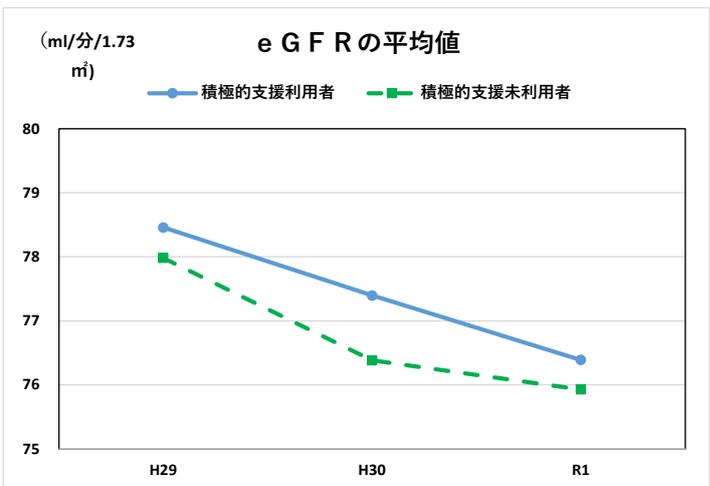


⑫ e G F R

積極的支援の効果について

	eGFR 平均値 (ml/分/1.73 m ²)			H29 と R1 の 平均値の差 (ml/分/1.73 m ²)	e G F R の 変 化の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
積極的支援利用者 (n=874)	78.46	77.40	76.39	▲2.07	有意に悪化	有意差なし
積極的支援未利用者 (n=6,806)	77.98	76.38	75.93	▲2.05	有意に悪化	

◆積極的支援利用者、未利用者とも、2年後に有意にeGFRが減少していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。



動機付け支援の効果について

	eGFR 平均値 (ml/分/1.73 m ²)			H29 と R1 の平均値 の差(ml/分/ 1.73 m ²)	e G F R の 変 化の検定	支援利用と未利用 による改善度合い の違いの検定
	H29	H30	R1			
動機付け支援利用者 (n=641)	78.11	77.06	75.50	▲2.60	有意に悪化	有意差なし
動機付け支援未利用者 (n=4,435)	77.76	76.35	75.77	▲2.00	有意に悪化	

◆動機付け支援利用者、未利用者とも、2年後に有意にeGFRが減少していました。平成29年度の支援利用者と未利用者の改善度の違いに有意な差は見られませんでした。

