

高齢者の所得

長生きの栄養指標（血清アルブミン値）と関連

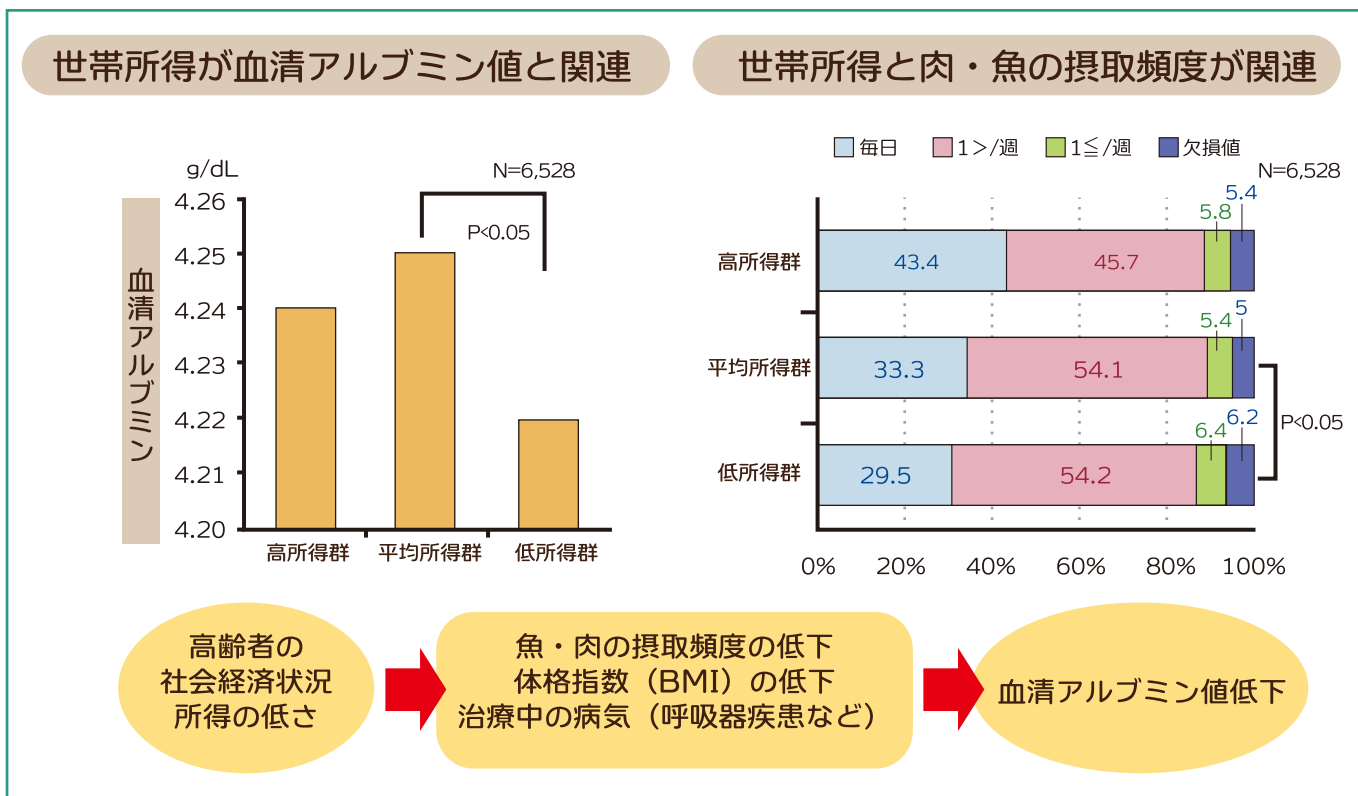
世帯の所得などの社会経済状況が、寿命や健康状態に影響を及ぼしていることが分かってきています。また、血液中のたんぱく質である血清アルブミン値は、長生きの栄養指標とされ、健康な高齢者では寿命や老化・病気・低栄養と関連し、食事（特にたんぱく質摂取）との関連があります。しかし、血清アルブミンと社会経済状況の関連を示した論文はまだありません。

私たちは2010年に、愛知県の4市町村で要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者6,528人を対象に、郵送によるアンケート調査を行い、健診データを合わせて分析しました。

その結果、長生きの栄養指標である血清アルブミン値が、世帯所得と関連していることが分かりました。この関連は、性、年齢、教育歴、婚姻状況、家族構成、地域といった要因の影響を取り除いても残りました。**長生きの栄養指標である血清アルブミン値が、世帯所得と関連があるという報告は、この研究が初めてです。**

また、所得の低い群で血清アルブミン値が低い原因として、肉・魚の摂取頻度が低いこと、体格指数（BMI）の低さ、治療中の病気（呼吸器疾患など）があることが分かりました。

高齢者に肉・魚の摂取を勧めるとともに、食料品の税を下げる、食料品と交換できる券を配布するなどにより、食のサポートが必要であると考えます。



背景

血清アルブミン値は寿命のほか、がん、肝障害などの病気、炎症や低栄養などと関連があります。また、高齢者における健康と所得などの社会経済状況の関連が、過去の研究より明らかになってきています。しかし、長生きの栄養指標である血清アルブミンと、社会経済状況との関連はまだ報告されていません。私たちは、所得が食事などの栄養要因や健康に影響し、さらには、血清アルブミン値に影響を及ぼしている可能性を考え、検討しました。

私たちは2010年に実施された日本老年学的評価研究(JAGES)のうち、愛知県の4市町村において要介護認定を受けていない65歳以上の高齢者

6,528(男性3,189人、女性3,339人)を対象とした郵送によるアンケート結果と、1年以内に行った健診データを結合させ、分析を行いました。対象者の等価所得を3群にわけ(低所得群、平均所得群、高所得群)、多重回帰分析を行い、血清アルブミン値との検討を行いました。

さらには 中間因子(所得と血清アルブミン値との関連を仲介する因子)に栄養要因や健康要因があるかどうかを検討しました。栄養要因としては、体格指数(BMI)、肉・魚の摂取頻度、野菜の摂取頻度を検討し、健康要因としては主観的健康度、日常生活動作、治療中の疾病の有無について検討しました。

結果

平均所得群と比較したとき、低所得群では統計学的に明らかに低い血清アルブミン値を認めました。これは性、年齢、教育、婚姻状況、家族構成、地域といった要因の影響を取り除いても残りました。高齢者において客観的な栄養関連指標の血清アルブミン値が、世帯所得などの社会経済状況と関連があるという報告は、この研究が初めてです。

さらに検討した結果、低所得と低アルブミンの中

間因子として、体格指数(BMI)、肉・魚の摂取頻度、主観的健康度や治療中の病気(呼吸器疾患など)があることが分かりました。

①低所得である⇒肉・魚の摂取頻度が少ない⇒アルブミン値が低い ②低所得である⇒呼吸器疾患などの病気がある⇒アルブミン値が低い、の2つの流れがわかりました。

本研究の意義、伝えたいこと

高齢者の客観的な栄養関連指標である血清アルブミン値が、世帯所得と関連することが、初めて示されました。今後は、なぜ低所得だと呼吸器系の病気が多くなるのか、原因を明らかにする必要があります。また、呼吸器の病気はたばこが原因であることが多く、高齢になっても禁煙には意味があることを

伝えたいと思います。加えて、高齢者の方々に肉・魚の摂取が血清アルブミン値の維持、そして健康の維持に大切であることを伝えたいです。また食料品への減税や食料品券の提供等、食品の購入を金銭的にサポートするシステムも必要であると考えます。

論文発表

Ota A, Kondo N, Murayama N, Tanabe N, Shobugawa Y, Kondo K, et al. (2016) Serum Albumin Levels and Economic Status in Japanese Older Adults. PLoS ONE 11(6): e0155022.

謝辞

本研究は日本老年学的評価研究(Japan Gerontological Evaluation Study, JAGES)プロジェクトのデータを使用しました。記して深謝します。