

健常大学生における糖尿病家族歴有無と予防知識および健康行動の関係

鉄夏希、金子佳世、阿部文絵
新潟医療福祉大学 看護学科

【背景・目的】現在、日本における糖尿病有病率は11.2%であり、糖尿病関連死亡は、急速に増加している。若年期の糖尿病発症は、中高年と比べ重症化する可能性が高く、予防・早期発見・治療が重要である。糖尿病の発症には、肥満、喫煙、飲酒、食習慣などのほか、糖尿病家族歴の有無が、強い影響を及ぼす。そこで、本研究では、健常大学生における糖尿病家族歴有無と予防知識および健康行動の関連について調査し、若年期の糖尿病予防啓発への提言を得ることを目的とした。

【方法】量的研究デザイン。厚生労働省のスマートライフプロジェクトに掲げられた予防対策を参考に作成した自記式質問紙による実態調査。研究協力者は、男女20歳以上の大学生で、研究協力に対し書面で同意を得られた者とした。得られたデータは、属性、生活習慣、知識得点について、糖尿病家族歴の有無で、比較するため、SPSS 24.0にて χ^2 検定、t検定をおこなった。有意水準は、 $p<0.05$ とした。

本研究は新潟医療福祉大学、倫理審査委員会による承認を得て実施した。(承認番号：17849-170710)

【結果】162人に質問紙を配布し、110名から有効回答を得た(回収率67.9%)。家族歴有無による対象者の属性・生活習慣・知識得点・行動得点の比較の結果は、表1の通りであった。

本研究の結果、家族歴を持つ者の割合は29.2%と高いことが明らかとなった。家族歴の有無で比較した際、BMI及び1日に3食の食事を摂取しているか否かについて、有意差が見られた。一方で、家族歴有無によって、知識得点に有意な差はみられなかった。

【考察】糖尿病家族歴がある場合、将来的な糖尿病発症リスクは非常に高い。両親が糖尿病である場合58%、片親の場合は27%が糖尿病を発症するといわれている。その理由として、遺伝的素因とともに共通する生活習慣が影響しているといわれている。本研究により、家族歴有の場合、1日に3食の食事を摂らない者の割合が有意に高いことが確認された。欠食は、一般的に一回の食事量を増加させ、血糖値を急激に上昇させることから、糖尿病発症リスクを高める。共に暮らしてきた家族との、ライフスタイルは、現在の大学生の食習慣にも影響を与えている可能性も考えられる。また、家族歴の有無により、BMI平均値に有意な差が見られた。家族歴有の場合、BMIが高い傾向に

表1. 家族歴有無による対象者の属性・生活習慣・知識得点・行動得点の比較

		家族歴あり	家族歴なし	P値
度数 (%)		33 (29.2)	77 (70.8)	N.A.
属性	性別			
	男 (%)	6 (18.2)	12 (15.6)	0.74 ¹⁾
女 (%)	27 (81.8)	65 (84.4)		
	年齢 (標準偏差)	20.82 (0.73)	21.01 (0.87)	0.26 ²⁾
居住形態				
	実家 (%)	16 (48.5)	29 (37.7)	0.30 ¹⁾
	独居・他 (%)	17 (51.5)	48 (62.3)	
	BMI (標準偏差)	21.1 (2.6)	20.0 (2.16)	<0.05 ²⁾
生活習慣	1回500ml以上の飲酒			
	あり (%)	19 (57.6)	44 (57.1)	0.97 ¹⁾
なし (%)	14 (42.4)	33 (42.9)		
	喫煙			
	あり (%)	3 (9.1)	6 (7.8)	0.82 ¹⁾
	なし (%)	30 (90.9)	71 (92.2)	
	運動 週2回以上30分			
	する (%)	4 (12.1)	19 (24.7)	0.14 ¹⁾
	しない (%)	29 (87.9)	58 (75.3)	
	日頃から1日に3食の食事			
	摂る (%)	15 (45.5)	53 (68.8)	<0.05 ¹⁾
	摂らない (%)	18 (54.5)	24 (31.2)	
	知識得点:8点 (標準偏差)	4.39 (1.27)	4.05 (1.46)	0.24 ²⁾

1) χ^2 検定 2) t検定

あり、将来的な肥満に注意が必要である。

本調査では、糖尿病に関する知識得点は、家族歴の有無によって有意な差はなく、全体で8点満点中4.2点と低い傾向であった。学童期からの生活習慣病予防に関する知識・行動の普及を強化し、健康的なライフスタイルを確立させる学校教育が若年期から必要であると考えられた。

【結論】本研究により、家族歴有の者に対して、食習慣を中心とした生活改善啓発の必要性が示唆された。また、若年期からの糖尿病予防に関する知識の普及を強化する必要があると考えられた。