

Hello! FUJISEI

No.23

厚生労働省の「平成21年 人口動態統計月報年計（概数）」によると、平成21年の死因順位の第1位は悪性新生物（がん）、第2位は心疾患、第3位は脳血管疾患で、これら3大死因が全死亡者に占める割合は6割近くを占めます。

がん、脳卒中、心臓病は、3大生活習慣病と言われます。この「生活習慣病」という言葉も今ではすっかり定着しました。生活習慣病の多くは、不健全な生活の積み重ねによって内臓脂肪型肥満となり、これが原因となって引き起こされるもので、日常生活での適度な運動、バランスの取れた食生活、禁煙を実践することによって予防することができるとされています。

以前は、年齢が高くなるとともに発病すると考えられたために「成人病」と呼ばれていましたが、長年にわたる生活習慣が深く関与していることが判明し、平成9年頃から“予防できる”という認識を醸成することを目的として「生活習慣病」という名称が導入されました。

「成人病」という概念は、医学用語ではなく、昭和30年代に、「主として、脳卒中、がん、心臓病などの40歳前後から死亡率が高くなり、しかも全死因の中でも上位を占め、40

すっかり定着した「生活習慣病」

長年の生活習慣が病気を引き起こす

～60歳くらいの働き盛りに多い疾病」として行政的に提唱され、その後、加齢ともなって罹患率が高くなる疾患群という意味として定着しました。

しかし、生活環境、生活習慣の変化や成人病対策の成果として、脳卒中、胃がん、子宮がんなどの死亡率が減少する一方、糖尿病のように、直接死因としての死亡率は必ずしも高くなくても、他の疾患を惹起したり、合併症により著しく生活の質の低下を招く疾患の増加がみられました。

成人病には疾病の発症や進行に個人の生活習慣が深く関与していることが明らかになりましたが、生活習慣の改善や患者の生活の質に着目した疾病予防への取り組みは必ずしも十分であったとはいえませんでした。

そこで、疾病別に明らかになった生活習慣との関連を集約し、生活習慣改善のための実行可能な手法を提示し、その定着を促すとともに、対策をより一層推進する必要がありとして、「生活習慣病」という概念・名称が導入されました。

主な死因別死亡数の割合

厚生労働省「平成21年 人口動態統計月報年計（概数）」より

