

身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知度とその関連要因 Awareness of the role of physical activity in colon cancer prevention

1K09A060

指導教員 主査 岡 浩一朗 先生

小山 悠里

副査 中村 好男 先生

【目的】

がんは1981年から我が国の死亡原因の1位を占めてきたが、中でも大腸がんは、死亡原因として女性では第一位、男性でも第三位で、死亡数と罹患率ともに増加し続けているがんである。大腸がんは、身体活動・運動実施によってそのリスクを低下させることができる。さらに身体活動は、メタボリックシンドロームや2型糖尿病、高血圧症など、さまざまな疾患の予防にも効果的である。しかしながら、我が国の現状は、運動習慣がある者の割合は男性で34.8%、女性で28.5%と低い。また、身体活動・運動実施による大腸がん予防効果を認知することによって、身体活動量の増加をもたらすことが分かっている。欧米では身体活動・運動実施による大腸がん予防効果に関する認知度の調査が行われ、その結果米国で約15%、ヨーロッパ平均で30%と低いことが分かっているが、我が国において認知度について検討した論文は今のところ見当たらない。

本研究の目的は、20歳から69歳までの成人男女における身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知度を明らかにすることである。さらに、認知度を高める必要のある対象者を特定し、効果的な方策を検討していくための手掛かりを得るために、大腸がん予防効果の認知度を、社会人口統計学的変数、身体活動・運動実施とがんに関する情報源、大腸がんに関する知識、身体活動・運動実施レベルに着目し、明らかにする。

【方法】

インターネット調査会社の登録モニターの20-69歳の成人男女を対象とし、横断的インターネット調査を実施した。回答者2,000名のうち、データに不備のない1,964名を本研究の対象とした。調査項目は、身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知、社会人口統計学的変数(性別、年齢、婚姻状況、職業分類、教育歴、世帯収入)、大腸がんに関する知識(リスク要因、症状、検診)の高低、身体活動・運動実施とがんに関する情報源(テレビ、新聞、雑誌、インターネット、友人、医師またはその他の医療従事者、情報を得られなかった)、および身体活動・運動実施レベルであった。統計解析には、身体活動・運動実施による大腸がん予防効果に関する認知の有無を従属変数、その他すべてを独立変数とした強制投入法によるロジスティック回帰分析を行った。

【結果】

身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知度は、

全対象者で47.5%であった。認知度と有意な負の関連が認められたのは、30代($OR=0.71;95\%CI:0.52-0.99$)、60代($OR=0.50;95\%CI:0.34-0.72$)、大腸がんのリスク要因の知識の高い群($OR=0.59;95\%CI:0.48-0.72$)、正の関連が認められたのは教育歴が大学・大学院以上の者($OR=1.30;95\%CI:1.02-1.66$)、大腸がんの症状の知識の高い群($OR=2.37;95\%CI:1.92-2.94$)、身体活動・運動実施とがんに関する情報をテレビから得ている者($OR=1.31;95\%CI:1.06-1.63$)、身体活動・運動実施とがんに関する情報をインターネットから得ている者($OR=1.95;95\%CI:1.49-2.56$)、身体活動・運動実施レベルの推奨群($OR=1.27;95\%CI:1.04-1.56$)であった。

【考察】

社会人口統計学的要因に着目すると、30代、60代に認知度が低く、教育歴の大学・大学院以上の者に認知度が高いことが分かった。30代と60代に認知度が低かった要因を明らかにし、認知度を高めていく具体的な方策を検討する必要がある。また先行研究同様に大学・大学院以上において認知度が高かったため、比較的認知度の低かった教育歴の中学・高校の者に対し効果的かつ理解しやすい方法で認知を高めていく必要がある。

情報源に関して、テレビから情報を得ている人とインターネットから情報を得ている人の認知度が高いことが分かった。テレビは現在最も行為者率の高いメディアであり、インターネットは現在普及率が増加傾向にあるメディアであるため、テレビやインターネット上で身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の情報の拡充を図ることで多くの人の目に触れる可能性があり、認知度を高める上で効果的であると考えられる。

大腸がんに関する知識については、大腸がんの症状の知識の高い群は身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知度が高かったが、リスク要因に関しては知識の高い群の認知度が低いことが示された。身体活動・運動実施による大腸がん予防効果の認知者であっても、大腸がんのリスク要因の知識が高いとは限らず曖昧な知識である可能性が示唆された。運動不足をはじめ、その他のリスク要因に関して正しい知識を広めていく必要がある。

身体活動・運動実施レベルについては、身体活動量が150分/週以上の群の認知度が高いことが分かった。そのため、身体活動・運動実施レベルの低い者に対して認知度を高めていくことは、身体活動量の促進、ひいては大腸がん予防に貢献できる可能性があると考えられる。