

地域在住高齢者の抑うつとその関連因子 Depression and its related factors in community dwelling older adults

1K10C292-9 中島 恭佑
主査 荒尾孝 先生 副査 岡浩一朗 先生

【目的】

高齢社会を迎えた我が国では、国をあげて、健康増進対策を推進し、医療・介護にかかる社会的負担をできるだけ抑えようと努力してきている。しかし、老年期は定年を迎えることによって社会的役割が減少し、身近な人の死別といった喪失体験を通じて、抑うつ状態に陥りやすい。高齢期の抑うつ状態はうつ病発症のリスクを高め、生活習慣病などの罹患率や死亡率を増加させることにつながると考えられている。従って、高齢者の健康増進のためには、抑うつ状態を軽減させる必要がある。そこで本研究では、老人クラブに所属している高齢者を対象に、身体活動量、ソーシャルネットワーク、日常生活機能といった要因が抑うつ状態とどのように関連しているかについて、明らかにすることを目的とした。

【対象と方法】

埼玉県所沢市にある老人クラブに所属する高齢者を対象として、アンケート調査を実施し、75名（回収率 75%）から回答を得られた。調査項目は、基本属性、国際標準化身体活動質問票（IPAQ）、老年うつ病スケール（GDS）、Lubben Social Network Scale（LSNS）、主観的健康状態、生活満足度、老研式活動能力指標を使用し、GDS得点と各項目の測定値との関係について分析を行った。統計処理には、連続変数では、分布状態を調べ、Pearsonの積率相関係数、またはSpearmanの順位相関係数を求めた。カテゴリカル変数については、両群のGDSスコアの平均値の有意差検定を対応のないt検定を用いて実施した。なお、分析対象者は回答を得られた75名のうち、GDSの記入漏れのない65名（65%）を分析対象とした。

【結果】

GDS得点と性との間の関連性については、両群の間に有意差は認められなかった（ $P=0.159$ ）。また、GDS得点と年齢（ $n=49$ ）の間に有意な関連性は認められなかった（ $r=0.167, P=0.252$ ）。さらに、GDS得点と身体活動量（METs 時/週）の間に関連性は認められなかった。（ $r=-0.148, P=0.248$ ）。GDS得点と老研式活動能力指標の得点（ $n=63$ ）の間には、統計学的有意水準には

達しなかったものの、負の相関傾向が認められた（ $r=-0.240, P=0.058$ ）。また、GDS得点とLSNS得点（ $n=60$ ）との間に有意な関連性は認められなかった（ $r=-0.158, P=0.227$ ）。一方で、GDS得点と主観的健康状態との間の関連性については、健康群（ $n=55$ ）と不健康群（ $n=9$ ）に分けて、両群のGDS得点を比較したところ、両群の間に有意な差が認められた（ $P=0.008$ ）。さらに、GDS得点と生活満足度との間の関連性については、満足群（ $n=57$ ）と不満足群（ $n=7$ ）に分けて、両群のGDS得点を比較したところ、両群の間には有意な差は認められなかった。（ $P=0.284$ ）

【考察】

本研究では、GDS得点と主観的健康状態との間に関連性が認められた。本研究の対象者は老人クラブに所属している高齢者であり、精神的及び身体的に健康であると考えられるが、このような高齢者の集団においても、有意差が認められたということは、両変数間の関係が強く、幅広い健康水準の高齢者において認められることを示唆するものと思われる。また、GDS得点と老研式活動能力指標得点の間には、統計学的有意水準には達しなかったものの、負の相関傾向が認められた。高齢者は生活機能が低下すると、自分の行動範囲を狭めて周りとの交流をたっしまい、身体的にも精神的にも衰えていってしまうと考えられる。従って、これらの生活機能を維持していくことは、自立能力障害予防や抑うつ予防といった観点から重要だと推察される。性・年齢、身体活動量（METs 時/週）、ソーシャルネットワーク（LSNS得点）および生活満足度については、GDS得点と関連していなかった。これらの結果は、先行研究と異なるものであった。その理由としては、本研究の対象者が老人クラブに所属している高齢者であり、精神的及び身体的に健康なため、偏ったサンプルであることが考えられた。また、サンプル数が少ないために十分な統計学的検出力を確保できなかったことが考えられた。本研究の結果をまとめると、老研式活動能力指標および主観的健康状態が高齢者のGDS得点と関連していた。今後の研究では、十分なサンプル数を用いて詳細に検討することが必要と考えられる。