

## 日本人労働者におけるいびきと生活習慣病との関係

### Relationship Between Snoring and Lifestyle-related Diseases among a Japanese Occupational Population

関塚 宏光<sup>1,2</sup>

1 富士通クリニック 内科

2 富士通株式会社 健康推進本部

**【目的】** 労働者にとっていびきはありふれた症状である。そこで日本人労働者におけるいびき有病率と、いびきと生活習慣病との関連を調査した。

**【方法】** 20-59歳の25,141名の日本人労働者を対象に単年の健康診断結果を調査した。対象者を男女別にいびき頻度を調査した。またいびきと高血圧、糖尿病、脂質異常症との関連を解析した。

**【成績】** 男性(21,774名)は、平均46歳、平均BMIは24 kg/m<sup>2</sup>で、いびき有病率は43%であった。女性(3,367名)は、平均年齢は46歳、平均BMIは22kg/m<sup>2</sup>で、いびき有病率は20%であった。男性では多変量解析でいびきが高血圧、脂質異常症の独立した併存因子であった。特に、2-3年または2-3年以上のいびきがあると高血圧の併存因子として顕著であった(2-3年, ORs, 1.14, 95%CI: 1.05-1.24, P = 0.002; 2-3年以上, OR s, 1.20, 95%CI: 1.07-1.34, P = 0.001)。女性では、単変量解析でいびきが高血圧、糖尿病、脂質異常症の有意な併存因子であった。

**【結論】** 労働者において、いびきは頻度の多い症状であった。男性ではいびきが高血圧、脂質異常症の独立した併存因子であり、特に2-3年以上のいびきがあると独立した高血圧併存因子となった。女性ではいびきが生活習慣病の有意な併存因子であった。現役労働者においていびきは健康指標となり、特に男性ではいびきが生活習慣病発症リスクとなる可能性があった。