

## COVID-19流行下における歩数・家庭血圧・尿ナトリウム/ カリウム比の推移：益田研究

Changes in daily step, home blood pressure, and urinary sodium-to-potassium ratio during the epidemic of COVID-19: Masuda Study

谷口 かおり

島根大学医学部環境保健医学講座

COVID-19流行下において身体活動が制限されたことによる健康への弊害が懸念されている。COVID-19感染拡大下における歩数値、家庭血圧値、および尿ナトリウム/カリウム (Na/K) 比の推移を明らかにするため、IoT等を活用した非接触型コホート研究（島根県益田市）の住民243名（平均年齢52.2歳、43%女性）を分析対象とした。歩数は、活動量計を用いて毎日起床後から就寝まで計測した。家庭血圧は、自動血圧計により毎日起床後・就寝前に1機会に2回測定した。尿Na/K比は、自己測定器を用いて毎朝1回測定した。WHOパンデミック宣言前1か月間（2月13日-3月11日）の平均値を基準とし、WHOパンデミック宣言日3月12日（日本時間）から週毎に各指標の日平均値を算出、推移を評価した。歩数は、基準値（5104歩/日）と比較して、WHOパンデミック宣言の週（3月12日-18日）（6.4%減）、さらに翌週（3月19日-25日）も続落したが（19.6%減）、翌々週には基準値と同水準まで戻った。また、全国緊急事態宣言の週（4月16日-22日）も低下したが（9.4%減）、翌週には基準値と比して同水準以上となった。一方、家庭血圧および尿Na/K比については、COVID-19流行と有意な関連を認めなかった。結論として、COVID-19流行に関連してWHOやわが国の緊急事態宣言に伴う身体活動の低下は一時的であった。これはわが国の外出自粛要請に法的拘束力がないことや感染非流行地での調査であったことが影響していると思われる。