

中高年層勤労者の腰痛症と転倒予防のためのデータベース作成  
～運動・機能面からのアプローチ～  
(平成29年度)

1. 研究の目的

勤労者、特に中高年齢層の腰痛症と転倒の発症メカニズムに脊椎全体のアライメント、体幹筋量と筋力及び血中ビタミンD濃度などがどの様に関与しているかを検討した。

2. 研究の必要性

厚生労働省の平成25年国民生活基礎調査によれば、腰痛症は、男性では有訴者率の第1位（人口千対92.2）であり、女性では第2位（人口千対118.2）であった。勤労者の予防医療の観点からも、その治療期間の短縮がきわめて大切である。

勤労者の腰痛症を正しく診断治療し、早期に患者を職場復帰させることは極めて重要な点である。日本の労働人口の高齢化は急速に進んでおり、中高年（50－60歳代）層の勤労者の増加が今後も必須であり、就業中の腰痛と転倒による脊椎、手関節、大腿骨などの骨折への予防対策の必要性も急速に高まる。

本研究は勤労者の腰痛発症メカニズム解明と中高年齢層勤労者の転倒リスク回避に関する基本的なデータベースを提供できる。

3. 研究結果

－中高年層勤労者の腰痛と転倒リスクに関する運動機能学的検討－

腰痛患者の約85%は非特異的腰痛として治療を受けているとの報告もあり、整形外科臨床の場ではその治療に難渋している。勤労者の腰痛症を正しく診断治療し、早期に患者を職場復帰させることは極めて重要な点である。

また、日本の労働人口の高齢化は急速に進んでおり中高年層の勤労者の増加が今後も推定される。中高年層の勤労者、特に女性では骨粗鬆症を合併している可能性が少なからずあり、就業中の転倒による脊椎、手関節、大腿骨などの骨折への予防対策が必要である。このため、就業中の転倒リスク回避の必要性も今後急速に高まる。

本研究では、勤労者の腰痛症の発症メカニズム解明と中高年齢層の勤労者の転倒リスク回避に関する基本的なデータベースの1つを作成した。

本年度は、H28年度までの研究結果の論文化と学会発表に努めた。

さらに、大館市地域在住の中高齢者を対象とした腰痛と転倒リスクに関する運動機能学的検討も継続して行っており、論文化と学会発表はこれから作成し実施する

予定である。

#### 4. 今後の展望等

勤労者の腰痛症の発症メカニズム解明と中高年齢層の勤労者の転倒リスク回避に関する基本的なデータベースの1つを作成したことにより、他のデータベースとの比較研究が可能となった。また得られた結果から、運動指導、栄養指導、服薬指導などの介入やサポートすることで、‘準高齢者’の Well-being や身体機能に及ぼす効果を明確にし、提供できると考える。更に、将来的に‘準高齢者’の労災補償や医療費削減と就労の可能性にも寄与すると思われる。

また、秋田大学整形外科大学院と当院リハビリテーション部においてデータベースを共有し、「腰痛症治療や転倒予防のための新しいロボットリハビリテーションプログラム」や「脊髄再生医療と関連した予防医学の開発」につながる可能性もある。

一方、本研究の結果を利用して近隣の市町村（大館市や北秋田市など）と地域連携をはかり、広く中高年齢層勤労者の運動器障害予防の啓蒙活動を実施し、地域医療にも貢献していく所存である。