

特定保健指導での
HAPPYプログラム、集団節酒指導プログラム
の効果検証



集団節酒指導プログラムの効果検証研究

介入前後の飲酒状況の変化(TLFB法)

	介入前		介入後		P
	平均値	SD	平均値	SD	
AUDIT	13.8	5.3	10.6	4.8	P<0.01
飲酒量 (ドリンク/週)	28	17	18.1	10.7	P<0.01
28日間の 多量飲酒日数	4.6	8.2	2.3	3.7	P<0.05
28日間の 非飲酒日数	5.6	7.4	10.3	8.2	P<0.01

集団節酒指導プログラムの効果検証研究

介入前後における健康診断結果の変化

	介入前(n=78)		介入後(n=78)		p
	平均値	S.D.	平均値	S.D.	
年齢	48.1	(4.4)	49.1	(4.4)	P<0.01
体重(kg)	75.1	(7.6)	74.2	(8.6)	P<0.01
腹囲 (cm)	90.4	(6.2)	88.8	(7.0)	P<0.01
Body Mass Index (kg/m ²)	25.6	(2.3)	25.3	(2.6)	P<0.01
収縮期血圧(SBP, mmHg)	129.9	(15.2)	130.8	(12.7)	P=0.51
拡張期血圧(DBP, mmHg)	85.0	(10.7)	82.7	(10.4)	P=0.04
空腹時血糖(mg/dL)	99.6	(11.6)	101.5	(12.6)	P=0.04
HbA _{1c} (%)	5.0	(0.4)	5.1	(0.4)	P<0.01
Total Cholesterol (mg/dL)	210.3	(30.5)	209.9	(32.5)	P=0.91
Triglyceride (mg/dL)	148.2	(120.3)	144.2	(86.2)	P=0.73
HDL-C (mg/dL)	54.2	(13.2)	56.3	(13.1)	P=0.02
LDL-C (mg/dL)	127.0	(29.0)	132.0	(31.4)	P=0.07
Total cholesterol /HDL-C ratio	4.1	(0.9)	3.9	(0.9)	P=0.05
log AST	1.41	(0.16)	1.40	(0.17)	P=0.48
log ALT	1.47	(0.22)	1.42	(0.22)	P<0.01
log γ -GT	1.81	(0.33)	1.77	(0.31)	P=0.02

今後の課題

① 職域

特定保健指導での減酒支援プログラムの普及。このために多量飲酒問題対策に対する管理者の意識を高めることも重要。

② 医療

SBIIRT(スクリーニング+ブリーフインターベンション、専門医療機関への紹介)の診療報酬化、そのための研修プログラムの策定
地域ごとにモデル医療機関の設定

③ 地域

更なる啓発(一次予防)活動の推進とともに中年男性に介入するための新たなプログラムの開発。例えば「(夫の健康寿命を20年延ばすための)奥様の学習室」 ←発達障害児を抱える母親のための行動療法を用いた「お母さんの学習室」