

握力検査で死亡リスクや心臓血管リスクを評価

筋力の低下は全死亡や心臓血管病死のリスク上昇と関連することが知られている。筋力は握力検査により測定され、簡便で安価であるが、リスク予測法としての価値についての情報は限定的で、一部地域でのデータしかなかった。そこで本研究では、社会文化的・経済的に多様な国々において、握力検査によるリスク予測法としての価値について検討した。

所得レベルの異なる 17 カ国の 35～70 歳の成人 139,691 人を対象に、4 年間（中央値）追跡した。握力は握力計で測定した。追跡期間中に 3,379（2%）が死亡した。握力が 5kg 低下するごとのハザード比は、全死亡が 1.16（ $P<0.0001$ ）、心臓血管死が 1.17（ $P<0.0001$ ）、非心臓血管死が 1.17（ $P<0.0001$ ）、心筋梗塞が 1.07（ $P=0.002$ ）、脳卒中が 1.09（ $P<0.0001$ ）であった。収縮期血圧よりも握力の方が早死に関する有意な予測因子であることが示された。糖尿病、呼吸器系疾患、転倒による外傷や骨折については握力と関連性が認められなかった。

今回の結果から、握力測定は、死亡リスクや心臓血管病リスクの簡便で安価な評価法となる可能性が示唆された。筋力の改善が死亡や心臓血管病リスクの低下につながるかについては、さらなる研究が必要である。

出典：Lancet. Published online May 12, 2015; pii: S0140-6736(14)62000-6