

10年にわたる長時間労働で脳卒中リスク45%上昇

長時間労働は脳卒中の危険因子であるといわれている。本研究では、大規模コホート研究を実施し、長時間労働と脳卒中との関連について検討した。

フランスの大規模コホート研究 **CONSTANCES** の参加者 143,592 例を対象に、自己記入式質問票により、年齢、性別、喫煙、労働時間についての情報を収集した。その他の心臓血管病の危険因子や脳卒中の履歴についての情報は問診により調査した。長時間労働の定義は、1日10時間以上の労働に年間50日以上従事した場合とした。結果、長時間労働者は42,542例(29.6%)、このうち10年以上にわたり長時間労働をしていたのは14,481例(10.8%)であった。長時間労働は、脳卒中発症リスクの上昇と関連し、長時間労働者ではそうでない者と比べて脳卒中発症リスクが29%高かった(調整オッズ比1.29)。さらに、10年以上にわたる長時間労働者では脳卒中発症との関連がより強く、長時間労働でない者と比べて同リスクが49%高かった(調整オッズ比1.45)。長時間労働と脳卒中発症リスクには性差はみられなかったが、50歳以下の労働者では、ホワイトカラーの者でより強い関連がみられた。

したがって、今回の大規模研究により10年以上にわたる長時間労働と脳卒中発症リスクに有意な関連がみられることが明らかとなった。この知見は、個人そして世界的な疾病予防に関係するものである。

出典: *Stroke*. 2019 Jul; 50(7): 1879-1882.