

## 自分の歩行速度が速いと感じる人は心不全・心臓血管病リスクが低い

歩行速度と心不全との関連については知られているが、その関連を示した研究の対象は心不全や心臓血管病を発症した患者や高齢者が多く、一次予防（病気を発症する前の予防）の対象者ではない。本研究では、一次予防を目的に、主観的な歩行速度と心不全や心臓血管病との関連についてコホート研究を実施し検討した。

2005年1月～2020年4月の医療費請求データベースから心臓血管病の既往のない者 2,655,359 例を対象とした。平均年齢は 45.0 歳、男性が 55.3%であった。主観的な歩行速度は、健康診断での質問に対する回答により速い、遅いで分類し、歩行速度が速いと回答したのは 46.1%であった。平均追跡期間 1,180 日の間に、心不全は 1.9%、心筋梗塞は 0.2%、狭心症は 1.9%、脳卒中は 1.0%の者に発症した。分析の結果、歩行速度が遅い群と比べ、速い群では心不全、心筋梗塞、狭心症、脳卒中の発症率が低かった（ハザード比はそれぞれ 0.91、0.90、0.94、0.94）。

したがって、全世代において、主観的な歩行速度が心不全やその他の心臓血管病の発症リスクの判定に有用である可能性が示唆された。

出典：Scientific Reports. 2022 Jul 8; 12(1): 11641.