

退職後は心臓血管病のリスクが低下

多くの国で公的年金の支給開始年齢を引き上げているが、退職による心臓血管病リスクへの影響については一致した見解が得られていない。本研究では、退職と心臓血管病のリスク因子との関連について検討した。

35カ国の縦断研究から50-70歳の106,927例を対象に平均6.7年追跡を行った。その結果、退職により心臓血管病のリスクが2.2%ポイント低下した。また、運動不足の割合が就業者と比べ、退職者では3.0%ポイント減少した。性別で検討すると、心臓血管病のリスク低下は男女ともに認められたが、喫煙者の減少は女性でのみ認められた。学歴の高い人では、退職後に脳卒中、肥満、運動不足のリスクが低下した。就業時の仕事内容が肉体労働ではなかった人では、退職後に脳卒中、肥満、運動不足のリスクが低下したが、肉体労働であった人では退職後に肥満のリスクが上昇した。

したがって、退職後は心臓血管病のリスクが低下することが示唆された。一方で、個人の特徴により影響に違いがあることも示された。

出典：International Journal of Epidemiology. 2023 May 8; dyad058.