

以秋田县为模型实现日本第一健康寿命 伴随地域住民的研究

大田 秀隆 氏

秋田大学高齢者医療先端研究中心所長・教授

第115回HGPIセミナー The 115th HGPI Seminar
「秋田県における健康寿命日本一を目指した
地域住民とともに歩む研究」
Involving the Community in Research to Make Akita Prefecture Japan's Leader in Healthy Longevity
2023年3月9日 (木) 18:30 - 20:00 (オンライン開催)
Thursday, March 9, 2023 18:30 - 20:00 (Webinar)



大田 秀隆氏
Dr. Hidetaka Ota

秋田大学高齢者医療先端研究センター
センター長・教授
Professor, Chief Director, Advanced
Research Center for Geriatric and
Gerontology, Akita University

 HGPI 主催：日本医療政策機構 (HGPI)

此次HGPI研讨会着重介绍：秋田县秋田大学高龄医疗先端研究中心通过与地方政府以及各专门协会·企业的合作，与地域住民共同实现地方规划举措。

演讲重点

- 秋田大学高龄医疗研究中心开设于2019年，从老龄社会综合性研究与老年医学先端研究两方面出发，促进地域医疗水平提升与长寿·健康教育研究的发达。
- 为达成健康长寿这个目标，改善个人的健康状态与打造安全的生活环境(地方规划)同样重要。
- 当地居民的积极参与对研究者顺利进行研究必不可缺，而居民可以通过参加研究活动获取有益于自身健康提升的信息，由此实现可持续化的高质量研究。

■ 关注老年学的理由与秋田大学的对策

大学毕业后，大田教授就职于东大医院老年科20余年，之后选择老年学专业赴美深造。随着年龄的增长，人们患病几率也同时上升，比如痴呆症。因此虽然疾病根治等医学面的对策急需解决，但大田教授认为从综合性学问与老年人生活方式的角度，比如老年社会学、基础老化学，抑或是法学·经济学、理工学、药学，也涵盖近年来备受瞩目的金融老年学，多方面解析老年医学也非常重要。

秋田县是日本国内老龄化比率最高的区域(2022年7月：38.8%)，为了完善老年人医疗保障体系，秋田县推进了痴呆症与地域社会学相结合的综合性学问以及老年医学的最先端研究，并且于2019年在秋田大学开设了高龄医疗研究中心，促进地域医疗水平与长寿·健康教育研究的发达。通过县政府、县医师协会以及高等教育机关(主要为大学)的三方合作，致力于解决地域医疗以及少子高龄化等各种各样的社会问题。

■ “地方规划”对于健康长寿的重要性

从老年学的角度而言，要达成健康长寿有两个重要因素。一是及时诊治疾病，二是通过地方规划构建安全的生活环境。

这种观点已获得了国际社会的认可(积极老龄化、老年友善城市、健康老龄化)。又从2020年12月14日起，国联正式开启2021年至2030年的，促进国际合作。

秋田市积极参与“老年友善城市(AFC)”，自2011年起便参与了WHO主导的老年友善城市环球络网。由行政中心为首，组织秋田市内各组织合作，例如地区企业以及生活实验智能家居，争取创造一个对高龄人群友善的城市。

秋田大学高龄医疗研究中心的主旨是“Aging in place”，意在创建一个对高龄人群而言也便于生活的环境，因此对健康与社会活动交流以及生产安全机遇的优化展开了研究。研究中心与7个国家进行国际性的共同研究。以英国曼彻斯特大学为中心，日本秋田、加拿大魁北克、比利时布鲁塞尔、挪威奥斯陆、西班牙毕尔巴鄂以及捷克布尔诺之间展开国际合作。尤其是近年在COVID-19的影响下，高龄人群的社交孤立问题逐渐获得瞩目。本研讨会从“equity” “democracy” “diversity”三方面为中心进行国际比较。

■ “地方规划”与“健康长寿”的一体化

譬如秋田这样的地区，对高龄人群而言最为困难的是交通不便。在地区内有相当一部分区域并没有设备公共交通，而高龄人群不能开车的情况下，他们的生活范围便会极其狭小。比如寻医看病和日常生活所需品的购置，都会非常不方便。近年来对于高龄人群是否该上驾照问题进行了多次议论，生活在秋田县的高龄人群也极为关注这个问题。因此，从“驾驶寿命延长”这个角度，着重关注那些对于健康寿命与老年病预防并不关心的男性为研究对象。举办沿线车站活动，让参加者亲身体验驾驶讲座·运动等多种项目。整个项目种包含由多方企业提供的最新技术、老年脑神经检查、安全驾驶讲座等。今后我们将测算这样的活动会对高龄人群的认知能力以及信息处理能力带来怎样的变化。

■ 早发性老年病

大田教授同时参与了秋田对早发性老年病(主要为早发性痴呆)的调查。其结果显示, 根据2020年的最新数据, 全国约有3.57万人罹患早发性老年病, 而在秋田县内有354名患者。调查过程中, 有幸与患者及其家属接触。当事人的大多数为高龄人群, 而早发性老年病患者又很难继续劳作来维持家庭经济状况, 这样的社会问题非常严重, 假如没有制度改革很难改变现状。

■ 高龄人群的健康增进-着重于老年病-

高龄人群健康长寿的关键在于清楚认知自身的健康状态变化。比如痴呆的症状, 尽早察觉认知能力减弱有利于早期治疗。因此, 秋田县加入了国立长寿医疗研究中心的痴呆症登记系统(ORANGE Registry: Organized Registration for the Assessment of dementia on Nation-wide General consortium toward Effective treatment in Japan), 从高龄人群中收集数据并构建相关的数据库。

通过这些研究活动, 逐渐将研究与居民的日常生活相融合。由于高龄人群的体检项目中并不涵盖认知能力与精神方面的评估, 通过研究数据阐明认知能力的变化尤其重要。比如, 让高龄人群边进行娱乐活动边接受认知能力评估检测, 检测结束后给每个人交付反馈, 并进行生活上的指导。然而认知能力减弱的原因多种多样。比如生活环境、家庭构造、职业背景等等, 需要熟知患者背景的公卫护士走进每一个家庭, 实施针对性的援助。

研究的参加对象在75岁前后, 女性参加数更多。研究结果从记忆力、注意力、行动力以及处理能力等多方面对认知能力展开全面性的判定。根据判定结果, 知晓自己拥有轻度认知障碍(MCI)时, 大多患者都会表现得非常惊讶。之后劝解这些患者前去医院接受精密诊断, 并实施针对性支援, 展现早期发现老年病症状的好处。

通过研究, 老年病(痴呆)的危险因子主要有抑郁、四肢肌力下降、多重用药以及社会交流障碍等。我们着眼于社会交流障碍。秋田县属于多雪地带, 再加上公共交通不便, 高龄人群很容易成为社会交流障碍人群。我们致力于通过数字科技创造的新交流方式、步行数的计测以及便于外出活动的制度设计, 来改善这样的情况。

又比如我们将地区运动社团的参与、出席音乐剧等活动设定为地区住民活动的一部分, 以此来提高认知能力并改善高龄人群的运动能力。同时地区住民们自主开展了关于衰弱的学习会, 收集数据并传达给其他住民。

今后的研究活动同样需要走出研究室, 融入地区, 增加与地区住民之间的交流, 共同创想能够改善健康的地区规划。这样的过程中收集得到的数据不仅仅能用于研究, 同样也为地区住民的健康做出巨大的贡献。

日程·形式等

时间: 2023年3月9日(周四) 18:30-20:00 JST

形式: 线上 (Zoom Webinar)

使用语言: 日语

参加费用: 无

演讲者简介

大田 秀隆 (秋田大学高龄医疗先端研究中心所长·教授)

毕业于熊本大学医学部。于东京大学医学部附属医院、东京都老年医疗中心内科进行研修后, 在东京大学大学院医学研究科取得老年医学博士学位。曾担任美国哈佛大学MGH研究员、东京大学医学部附属医院老年科助教、特任讲师后, 2015年起就任于日本医疗研究开发机构(AMED)、厚生劳动省老健局至今。

本机构定期邀请医疗政策的意见领袖与创新者进行相关研讨会

详情见机构主页 <http://www.hgpi.org/>