

Depressive symptoms are associated with recurrent fall risk in community-dwelling Japanese people aged 40-74 years: The Murakami cohort study
うつ症状は、40～74歳の地域在住日本人の再発性転倒のリスクと関連する: 村上コホート研究
Geriatrics and Gerontology International 2025; 25:1749-1757

論文概要

うつ症状は高齢者の転倒のリスクを高めるとする報告が見られますが、エビデンスは不十分です(その関連が用量依存的かどうかはよくわかっていない)。私たちは40～74歳の日本人を対象に、うつ症状の程度と転倒のリスクとの縦断的な関連を調べましたので報告します。

村上コホート研究参加者(N=14,364, 40～74歳)のうち、初回調査で再発性転倒がなく(過去1年間に2回以上転倒したと答えた人を再発性転倒ありとした)、5年後アンケート調査に回答した9,703人を解析対象としました。5年後アンケート調査において過去1年間の再発性転倒(2回以上転倒した)の有無を調べました。うつ症状は、コホート研究ベースライン調査の自記式質問票のCenter for Epidemiologic Studies Depression Scale(疫学研究センター抑うつ尺度, CES-D)という尺度を使って評価しました。非喫煙者(これまで喫煙したことのない人)および非飲酒者を基準グループとして、他のグループの認知症のリスクを相対値(オッズ比)として算出しました。オッズ比は、人口統計学的要因、ライフスタイル、体格指数(BMI)、全体的な健康状態、および病歴で統計学的に調整しました。

うつ症状が重症であるほど転倒リスクは高い

うつ症状が重症であるほど転倒のリスクは強固に上昇していました(図1)。そのメカニズムとして、うつ症状を持つ人は、身体機能や認知機能が低下している傾向にあり、また服用している薬剤の影響による可能性があります。

また、この関連性は、性、年齢で層別化した解析においても強固な関連が見られました。

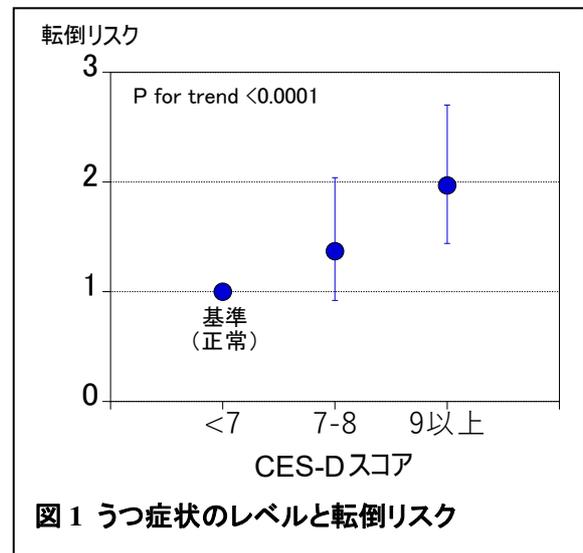


図1 うつ症状のレベルと転倒リスク

まとめ

この研究は、うつ症状が強力な転倒のリスク要因であることを実証しました。地域における高齢者ケアの場において、転倒リスクに対する適切な予防および治療的対策を講じる必要があります。