

心臓を守る

アジアにおける心血管疾患の予防



心血管疾患、とくに虚血性心疾患と脳卒中はアジアで増加傾向にあります。喫煙、高血圧、肥満、高コレステロールなど、生活習慣に関連した重要リスクファクターを保有する人の割合が上昇していて、これらの疾患の増加に大きく寄与していると考えられています。これらのリスクを減らすためには、政策決定者、医療従事者、そして個人が、心臓の健康増進にこれまで以上に取り組む必要があります。この問題から目をそらすわけにはいきません。

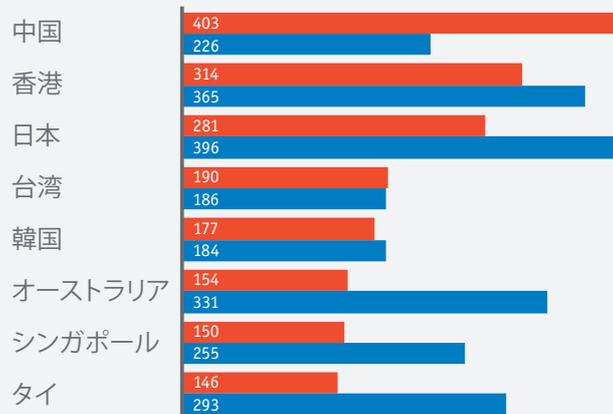
酷使されている心臓

アジア市場圏全体で、虚血性心疾患と脳卒中の患者数が増加傾向にあります。その背景に人口の急速な高齢化と主要リスクファクターの上昇があります。



- 脳卒中の発生率
- 虚血性心疾患の発生率

アジア圏における脳卒中と虚血性心疾患の患者数 100,000人中の割合



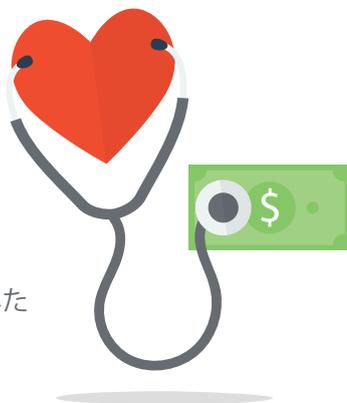
出典：世界の疾病負担研究、EIUヘルスケア

心臓が不健康であることのコスト

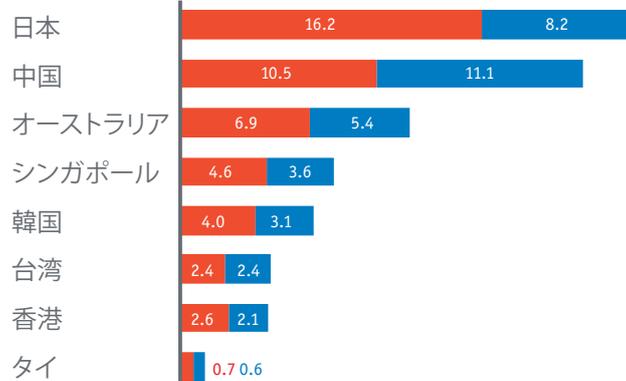
心血管疾患の患者さんは時間とお金の両方のコストがかかります。

直接的なコストとして病気の治療費がかさむ一方、間接的なコストには、欠勤や病気を理由とした退職、早期死亡があります。

- 間接的
- 直接的



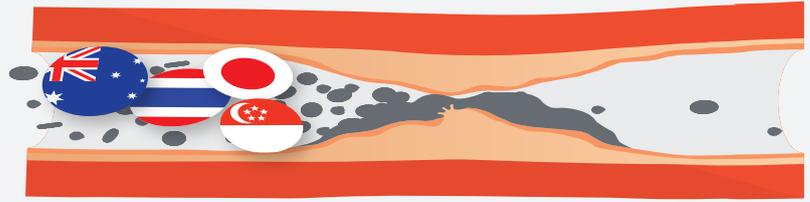
心血管疾患の全体コスト 米ドル(単位:10億ドル)



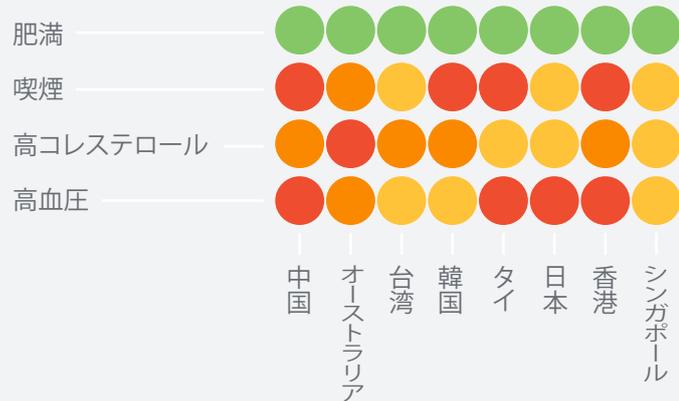
出典：EIUヘルスケア

リスクと隣り合わせ

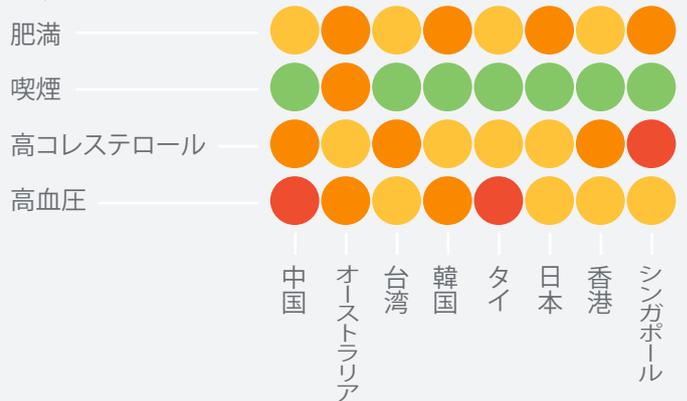
心血管疾患に罹る可能性を高める
 主要リスクファクターには、以下の4種類があります。これらのリスクファクターをゼロと想定した場合の集団レベルの疾病の減少率を考慮したのが、人口寄与割合という指数です。



♂ 心血管疾患リスクファクターにおける人口寄与割合(男性)



♀ 心血管疾患リスクファクターにおける人口寄与割合(女性)



アジアの代表的な経済国におけるリスクファクターの保有率

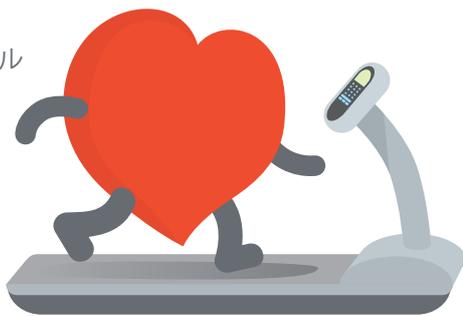
● <4% ● >4 <8% ● >8% <12% ● >12%

出典: EIUヘルスケア、世界保健機関 (WHO) 25歳を超える成人の患者数割合

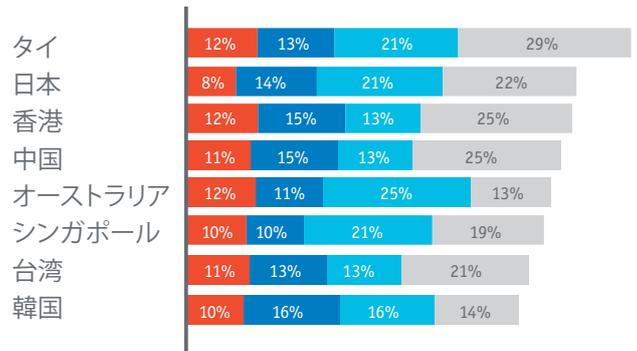
リスクを減らすために

これら4つのリスクファクターが原因の直接的・間接的コストは、心血管疾患にかかるコスト全体の平均62%に及びます。

- 肥満
- 喫煙
- 高コレステロール
- 高血圧



心血管疾患にかかるコスト全体に対する主要リスクファクターに寄与するコスト比率



出典: EIUヘルスケア

心臓の健康増進

心臓の健康を支える生活習慣:



禁煙



血圧
130/80 mmHg
未満



血清低密度
リポタンパクコレステロール
(LDL-C) レベル
5.0 mmol/l未満



中程度の運動を
1日最低30分以上



ボディマス指数 (BMI)
25 kg/m²未満

出典: 世界保健機関 (WHO) 心血管疾患予防ガイドライン