

血友病患者の QOL ―血友病患者の身体活動量から―

新王子病院リハビリテーション科 牧野 健一郎

はじめに

「血液凝固異常症の QOL に関する研究」は平成 18 年より続く血友病患者の QOL 向上を目的とした研究で、血友病患者のスポーツ参加状況の変化などを報告してきた。

平成 28 年に行った調査では国際標準化身体活動質問票(IPAQ)による身体活動量の評価を行い、疾患に影響する様々な因子との関連を検討したので報告する。

方 法

全国の血液凝固異常症患者を対象とした無記名アンケート、

有効回答 757 件、身体活動量は IPAQ により推計

結 果

定期的に運動などの身体活動を行っている割合は若年代ほど多かった。

合計身体活動量の全体（運動習慣のない対象者も含む）の中央値は 480.0METs*min/week で、定期的に運動を行っている者だけに限っても、30 歳以上で厚生労働省の推奨する 1380METs*min/week を下回っていた。

身体活動量は年齢・定期補充療法の開始年齢と有意な相関がみられ、ロジスティック回帰分析で年間 20 回以上の関節内出血があるとオッズ比は 0.26 だった。また運動やスポーツのために定期補充療法を開始すると有意に身体活動量は高く、定期補充療法でスポーツ参加など活動の範囲が広がったと感じている者の身体活動量も高かった。

考 察

血友病患者の身体活動量は十分とは言えないが、20 代以下では高くなっている。

血友病は世代間の治療背景が大きく異なり、今後は身体活動が制限されない患者が増えると予測される。

運動に取り組むにあたり定期補充療法による出血コントロールが重要である。