

第10章 運動習慣

今回の2018年末調査では、本調査において初めて運動習慣が調査された。運動習慣は以下の7つの選択肢を用いて調査された。

- A. なし、ほとんどしない。
- B. 週1回未満
- C. 週1回程度
- D. 週2～3回
- E. 週4～5回
- F. 毎日、ほぼ毎日
- Z. 不明

1. 年齢と運動習慣

はじめに、全透析患者について年齢と運動習慣について集計した結果を図52、補足表52に示す。どの年齢層でも「なし、ほとんどしない」が最多で6～8割を占めている。ただし15～74歳では「なし、ほとんどしない」は6割程度であるが、15歳未満と75歳以上では約8割とやや高い割合を示した。「なし、ほとんどしない」に次いで多かったのは、どの年齢層でも「週2～3回」であり8～13%を占めていた。これは週3回の血液透析実施に合わせて運動している患者の存在を示しているのかもしれない。これらに次いで多かったのは「週1回程度」と「毎日、ほぼ毎日」であり、それぞれいずれの年齢層でも4～8%程度であった。

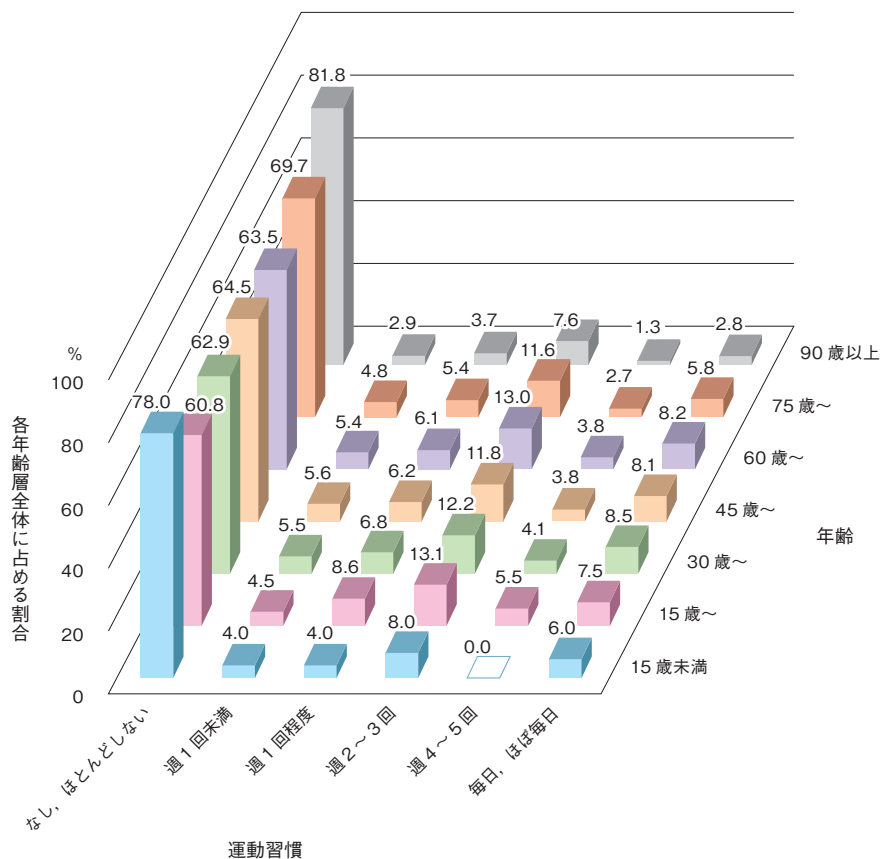


図52 年齢と運動習慣, 2018

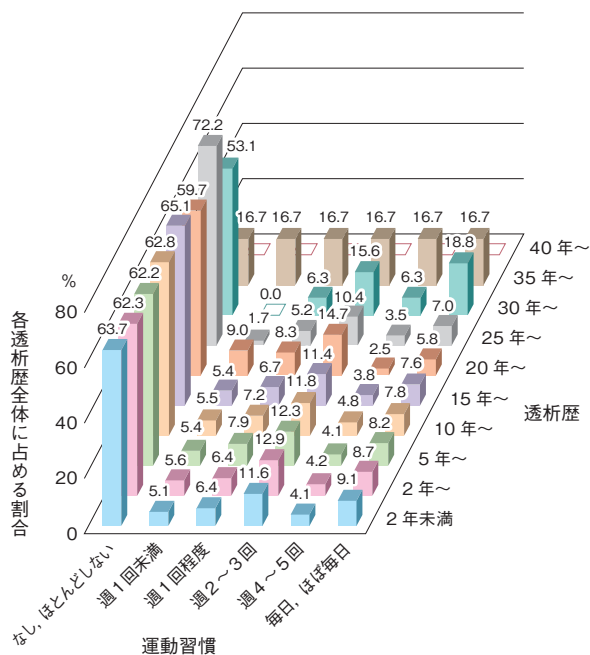


図 53 45歳未満患者 透析歴と運動習慣, 2018

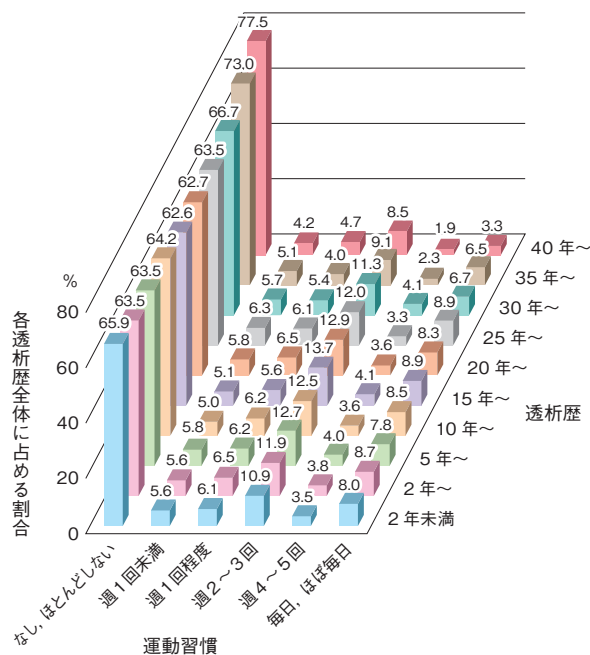


図 54 45~64歳患者 透析歴と運動習慣, 2018

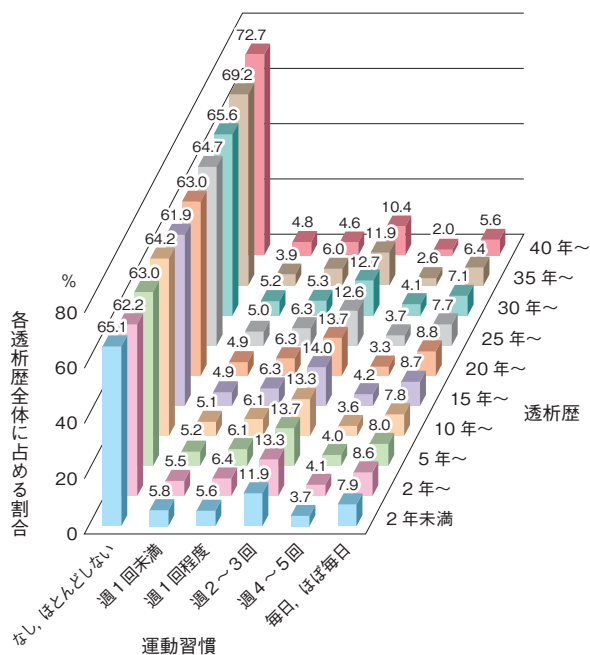


図 55 65~74歳患者 透析歴と運動習慣, 2018

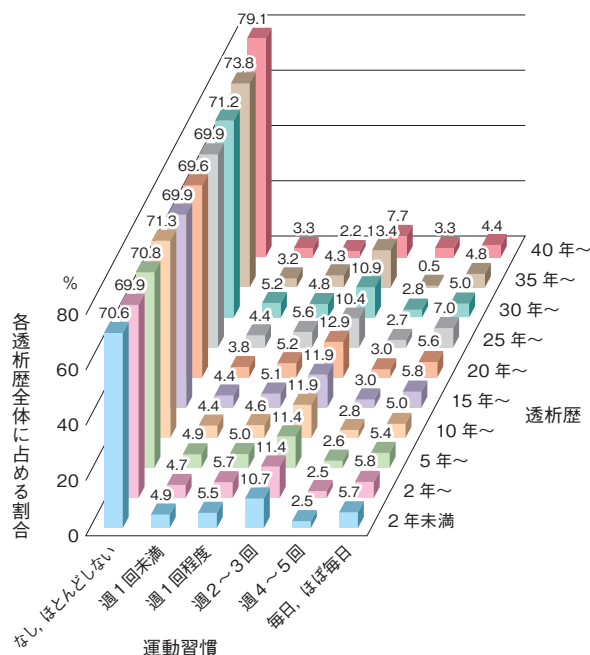


図 56 75歳以上患者 透析歴と運動習慣, 2018

2. 透析歴と運動習慣

主な4つの年齢層について、透析歴と運動習慣との関係を集計した結果を図53~56、補足表53~56に示す(年齢層別は以下のように行った: 0~44歳, 45~64歳, 65~74歳, 75歳以上)。45歳以上の年齢層では、透析歴35年以上において運動習慣が「なし、ほとんどしない」の患者割合が増加していた。0~44歳の年齢層では透析歴30年以上の患者はほぼ存在しない(30~34年: 32人, 35年以上: 6人)。このためこの年齢層で透析歴30年以上の運動習慣を評価することは難しい。しかし、この年齢層における比較的長い透析歴である透析歴25~29年では、運動習慣が「なし、ほとんどしない」の患者が増加する傾向を認めた。これら以外には透析歴と運動習慣の間に明確な関係を認めなかった。