

リアルワールドにおける頻回の電話支援で糖尿病発症が4割低下

要旨

糖尿病予防のための戦略研究1 (Japan Diabetes Outcome Intervention Trial-1: J-DOIT1) の研究リーダー葛谷英嗣 (京都医療センター名誉院長) と坂根直樹 (臨床研究センター予防医学研究室室長) の研究チームは、リアルワールド (現実世界) において、頻回の電話支援が糖尿病発症を4割低下させることを証明しました。

欧米では肥満を伴ったハイリスク者に対し、グループや個別で強力な生活習慣の介入を行うことで、糖尿病発症が低下することが臨床研究レベルでわかっていました。しかし、それらのエビデンスをリアルワールドでどのように展開するのが大きな課題でした。国外で糖尿病予防の橋渡し研究 (Translational Research) が行われきましたが、その規模は小さく、また、追跡期間は短く、本研究のように長期に糖尿病発症予防までみている大規模研究はありませんでした。

糖尿病予防のための戦略研究 J-DOIT1 では、働き盛りの社会人でも参加可能な介入方法として電話支援を採用しました。本研究には、職域や地域など17の健康診断実施組織から43団体 (空腹時血糖異常者約1万4,000人) が参加しました。糖尿病予防のための到達目標は、1)体重管理、2)運動の習慣化、3)食物繊維の摂取、4)節酒の4つです。自立群の参加者には歩数計と体重計が貸与されましたが、電話による支援は受けず、自力で糖尿病予防に取り組みます。それに対し、支援群の参加者は保健医療従事者から1年間の電話支援を受けました。1年間の電話支援は回数の異なる3社 (各3回、6回、10回) から提供されました。そして、平均5.5年間追跡され、登録された約2,600名が解析されました。体重計と歩数計を貸与する自立群と、その貸与に加え電話支援による支援群を比べると、全体では支援群で減量効果は高かったのですが、累積糖尿病発症率には両群で差を認めませんでした。しかし、電話支援回数で分けた検討では、自立群に比べて電話支援回数10回の群の糖尿病発症が41%と有意に抑えられていました。

研究リーダーの葛谷英嗣は「日本では糖尿病患者が増加しており、その対策が急務である。電話支援による糖尿病発症を予防した本研究は世界で初めてであり、糖尿病予防戦略上、大いに役立つエビデンスであると考え。」と述べています。

本研究は、英国の医学雑誌米国の科学雑誌『BMJ Open』のオンライン版 (8月19日) に掲載されました。