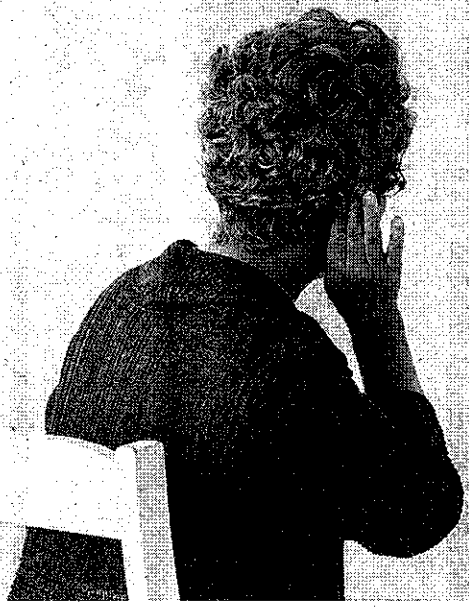


長寿研究のいまを知る 番外編4

相次ぐ研究論文発表 難聴寿命を縮めるのか？



2024年に発表された米国の大規模研究では、補聴器を日常的に使用する人は、使わない人に比べ死亡リスクが約2割低いと報告された。ただし、この研究の信頼度(エビデンスレベル)は中程度とされる。観察研究であるため、補聴器を利用できる人は比較的裕福で健康意識も高いなど、別の要因が結果に影響している可能性を否定できないからだ。その後も、補聴器による介入試験の追試が行われ、全因死亡率、心血管死亡率、がん死亡率の増加と関連していった。論文では、難聴患者を診る医療提供者は、全身の健康や寿命への影響を考慮する必要がある、と結論づけている。

4つ目は聴力低下そのものが、全身の老化、血管ダメージの早期サインとなっている可能性がある。内耳は非常に繊細で、微小血管障害や酸化ストレス、慢性的炎症といった老化を進める要因の1つとされている。

「軟骨伝導という音を伝える新たな技術も進化しています。患者さん自身も新しく正しい医学情報に、アンテナを張っておく必要があります」

長寿につながる新たなカギの可能性があると、研究が相次いで注目されている。米国の疫学研究「国民健康栄養調査(NHANES)」において、難聴が「寿命の警告サイン」である可能性が浮上した。

さらに、2022年に公表されたNHANESに基づく再解析・拡張研究では、難聴の程度が重くなるほど死亡リスクが段階的に上昇すること、可能性が高まっています。さらに、高齢な難聴者が補聴器を継続的に装着した場合、寿命は延びるのか、という介入試験にも注目が集まっています。

「現時点では、難聴自体が寿命の短縮を直接引き起こすと証明されたわけではありませんが、したがって、補聴器によって難聴を改善したとしても、それが直接長寿につながるわけではないかもしれません。ただ、難聴は老化の早期サインである可能性があるため、補聴器で聴力を補うことで、社会参加や認知機能、身体活動など、寿命に関わるさまざまな因子が改善し、結果として寿命延長につながる可能性があります」

「大事なのは、近年、高齢者の難聴を全身の健康状態や寿命と結びつけて考える医学研究が進んでいて、そこで有意義な発見が続いているということです」

最新 依存症事情

ギャンブル依存は古くも新しい依存症と言っている人も少なくありません。パチンコや競馬、競輪、ポトレースなど昔からある依存症に加え、オンラインカジノなどのネットが生み出した新しい依存症も増えていっています。

増加の理由のひとつはアクセスの容易さがあり、ネットを利用すれば24時間、世界中のカジノにアクセスしてギャンブルができてしまいます。オンラインカジノの登場は、誰もが

中心ですが、女性や学生の相談も増えており、依存症の裾野が広がっている実態が示されています。特に深刻なのは若年層への広がりです。

「ギャンブル依存症問題を考える会」の25年の調査では、家族から同様に相談があった当事者の7割が20、30代の若者と報告されています。

国内でギャンブル依存が疑われる人は約70万人と推計されており(厚労省)19年度ギャンブル等依存症実

状態調査)、オンラインカジノがこの数をさらに押し上げる可能性があります。依存症治療で知られる大石雅之・大石クリニック院長はこう話します。

「ギャンブル依存(病的賭博)は仕事や生活が破綻し、借金をしてもギャンブル行儀をやめられない、自分でコントロールできない状態を指します」

前出の久里浜医療センター調査でも、ギャンブル依存経験者の約72%が「借金を抱えた」と回答したように、経済的破綻が大きい依存症です。

「ギャンブル依存症は、動をコントロールする方法

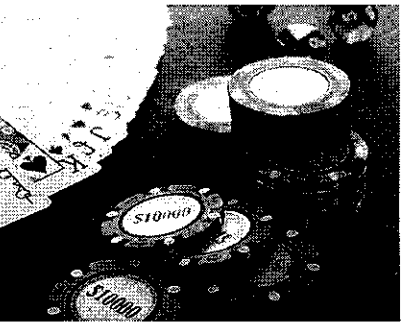
快楽をもたらす脳の神経伝達物質ドーパミンが強く刺激されています。脳が興奮を求めてギャンブルに向かわせてしまったため、本人の意志だけではやめられない状態です」

治療は、ギャンブル行動を止める環境づくりが重要と大石院長は言います。

「ギャンブルから離れた生活を送るために、集団認知行動療法や集団精神療法によりギャンブルに向かう思考の癖を修正し、衝動をコントロールする方法が効果的です」

「医療ジャーナリスト・油井香代子」

ギャンブル 本人の意志だけではやめられない



ギャンブル依存が若者に広がっていることは前に述べましたが、同様のケースは薬物依存でも見られます。特に薬局でも買える市販薬の依存です。厚労省の報告(24年)では年間の乱用者が65万人、中学生の1.8%(約55人に1人)が市販薬乱用経験あり(24年厚労省「全国中学生調査」という驚くべき数字が出ています。

乱用は依存症へとつながるリスクも高く、早急な対策が望まれます。

子供を叩くしつけは発達遅れに関連!?

0歳～就学前の乳幼児期は、子供の健康や学習、情緒的な幸福感を形作る上で重要な時期だと考えられています。

一方、低～中所得国では、貧困や学習機会の不足などに加えて、養育者による暴力的なしつけが、子供の発達を妨げる要因として指摘されてきました。

近年の研究ではまた、暴力的なしつけが軽度のものであ

っても、子供の発達遅延や情緒的な不安定、攻撃的な行動の増加に関連することが報告されています。そのような中、子供に対するしつけと、発達遅延や攻撃性との関係を調査した研究論文が、「日本疫学会誌」の電子版に2026年4月18日付で掲載されました。

ラオスで行われたこの研究では、24～59カ月の子供5007人が対象となりました。養育者に対して、過去30日間にお

ける子供に対するしつけの状況を調査し、怒鳴るなどの「心理的な罰」、叩くなどの「身体的な罰」、子供に望ましい行動を説明したり、おもちゃなどを取り上げたりする「非暴力的なしつけ」に分類されました。

また、20項目の質問票を使用して、養育者の報告に基づいて子供の攻撃性を評価し、子供の発達遅延としつけの状況との関連性が分析されま

した。その結果、非暴力的なしつけを受けていた子供では、そうでない子供と比べて、発達遅延リスクが18%、統計学的にも有意に低下していました。

一方、身体的な罰を受けていた子供では、そうでない子供と比べて、発達遅延リスクが7%、攻撃的な行動を示すリスクが2.15倍、統計学的にも有意に増加していました。

論文著者らは「暴力的なしつけが、子供の発達と行動様式に悪影響を及ぼす可能性がある」と結論しています。

▼あおしましゅうち 2004年、城西大薬学部。薬剤師、保険薬局管理薬剤師、学術担当を歴任。19年から医療法人「徳仁会 中野病院」に勤務

立役者 オモシロい 医学論文