

# 働く世代の健診で心房細動発見

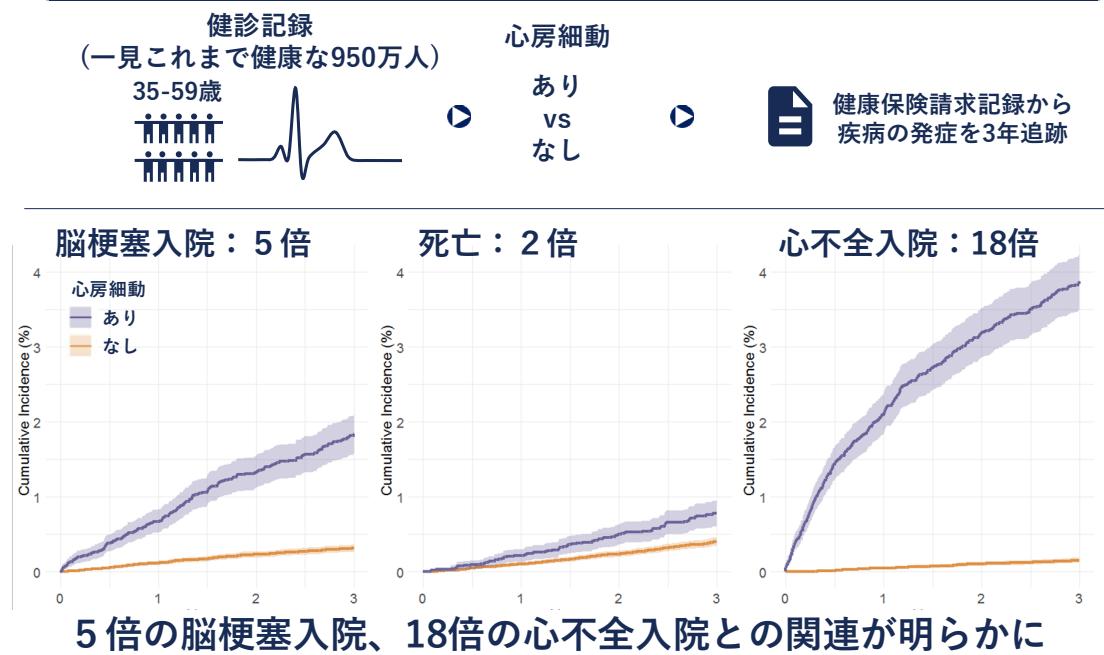
## —脳梗塞5倍・心不全18倍リスク—

### 概要

京都大学大学院医学研究科 森雄一郎 博士課程学生、広島大学大学院医系科学研究科 福間真悟 教授（兼：京都大学大学院医学研究科 教授）らの研究チームは、全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入する就労世代約1,000万人の健康診断・医療データを分析し、健診で偶然見つかる「心房細動（しんぼうさいどう）」が将来の脳梗塞や心不全の大幅なリスク上昇と関連することを明らかにしました。過去に心臓や血管の病気がなかった35～59歳の約950万人のうち、健康診断の心電図で新たに心房細動が見つかった人は毎年約2,400人に1人。その後3年間の追跡調査で、脳梗塞による入院リスクが約5倍（5.38倍）、心不全による入院リスクが約18倍（18.35倍）高いことが分かりました。これらの傾向は性別や生活習慣病の有無にかかわらず一貫して見られました。心房細動は症状に気づかない人も多い不整脈で、血栓による脳梗塞や心臓機能の低下（心不全）の原因になります。本研究は、働く世代においても健診で偶然発見された心房細動が「将来の重大な病気の前触れ」となりうることを国内最大規模のデータで初めて示したものです。研究チームは、「健診で見つかった不整脈をきっかけに、禁煙・節酒、血圧や血糖の管理など心臓の健康を見直すことが重要」とコメントしています。

本研究成果は、2025年9月25日付で米国国際学術誌『Circulation』に掲載されました。

### 働く世代の健診で見つかる「心房細動」のリスク



## 1. 背景

心房細動は良く見つかり、かつ注意が必要な不整脈のひとつで、心臓内に血の塊（血栓）ができやすく、脳梗塞や心不全の原因になります。ただし、自覚症状がない人も多く、健康診断で偶然見つかることも少なくありません。

これまで、特に働く世代で偶然見つかった心房細動が、将来どの程度の健康リスクにつながるのかは、大規模データで検証されていませんでした。

日本では多くの方を対象に毎年心電図検査を含む健康診断が行われており、国際的にも貴重なデータ基盤を活かした研究が可能です。

## 2. 研究手法・成果

研究チームは、全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入する約1,160万人の働く世代（35～59歳）の健診・医療データ（2015～2020年）を分析しました。

・過去に心血管疾患の既往がない約950万人のうち、健診で新たに心房細動が見つかった人は11,790人（1年あたり約2,400人に1人）でした。

・年齢・性別などを揃えた対照群と比較した結果、3年間の追跡で以下のリスク上昇を確認しました。

疾患	リスク増加	3年間の累積発生割合
脳梗塞による入院	5.38倍	1.83%
心不全による入院	18.35倍	3.87%
死亡	1.98倍	0.78%

これらの結果は、性別・年齢層・生活習慣病の有無などを分けて解析しても一貫して認められました。

## 3. 波及効果、今後の予定

### 【研究の意義】

この研究により、「働く世代において、健診で偶然見つかる心房細動は将来の重大な病気の前触れであります」ことが明らかになりました。

特に脳梗塞リスク5倍、心不全リスク18倍という結果は、心房細動が心不全の早期兆候である可能性を示唆しています。

### 【社会へのメッセージ】

心房細動が見つかったとしても、すぐに特別な薬の服用や手術が必要かどうかは人それぞれ医師の判断によります。しかし、心臓の健康を見直す重要な機会と捉えることが大切です。禁煙、節酒、血圧や血糖、コレステロールの管理など、日常生活の改善が心疾患の予防につながります。

## 4. 研究プロジェクトについて

本研究は、協会けんぽの「外部有識者を活用した委託研究事業」で採択された、福間真悟教授の研究班「保健事業による健康アウトカムを改善するための行動インサイト：因果探索の応用」の一環として実施しました（助成番号：23JHIA04）。

#### <用語解説>

『心房細動』：心臓の上部にある「心房」という部屋が、けいれんするように不規則に細かく震える不整脈の一種です。自覚症状がない場合も多いですが、心臓の中に血の塊（血栓）ができやすくなるため脳梗塞の主な原因となるほか、心臓のポンプ機能が低下して心不全を引き起こすこともあります。

『心不全』：心臓のポンプ機能が低下する病気です。進行すると、息切れやむくみ、だるさといった症状が現れ、生命に関わることもあります。

『脳梗塞』：脳の血管が詰まって血流が途絶し、脳の一部が壊死してしまう病気です。手足の麻痺や言語障害など、重い後遺症が残ることがあります。

『全国健康保険協会（協会けんぽ）』：日本の公的医療保険を運営する「保険者」の一つで、主に中小企業の従業員とその家族が加入しています。加入者数が約4,000万人にのぼる日本最大の保険者です。

#### <研究者のコメント>

国内最大規模の健診・医療データを分析することで、健診でたまたま見つかった不整脈でも、将来の脳梗塞や心不全の重要なシグナルになりうることが分かりました。今後は、どのような人にどの頻度で心電図検査を行うのが効果的か、また心房細動の発見後にどのような予防介入が有効かを明らかにしていきたいと考えています。

#### <論文タイトルと著者>

タイトル：Screening-Detected Atrial Fibrillation and Cardiovascular Outcomes in Working-Age Adults（働く世代における健診で発見された心房細動と心血管疾患リスクの関連）

著　　者：Yuichiro Mori（森雄一郎）, Mitsuaki Sawano（澤野 充明）, Shun Kohsaka（香坂俊）, Yusuke Tsugawa（津川友介）, Motoko Yanagita（柳田素子）, Shingo Fukuma（福間真悟）

研究責任者：Shingo Fukuma（福間真悟）

掲　載　誌：Circulation DOI：10.1161/CIRCULATIONAHA.125.074433