

リンゴ農家の悩み肩腱板損傷

60歳から増加傾向

岩木健康増進 弘大公開講座 健診結果を公表

弘前大学は17日、弘前市岩木地区住民を対象に毎年行っている大規模調査・岩木健康増進プロジェクトの健診結果について紹介する市民公開講座を中央公民館岩木館で開いた。昨年6月の健診では、リンゴ農家を悩ませる肩関節の痛みなどの要因となる肩腱板損傷について初めて大規模にデータ収集しており、調査の結果、60歳以上のリンゴ専業農家は腱板損傷が多く、リンゴ農家はそうでない人に比べて有病率が4倍に上がったことが分かった。（石田紅子）

肩腱板損傷の調査は予防と早期治療につなげ、営農継続を健康面から支援するために弘前大学と全農県本部が取り組んでいる。肩関節を取り囲む肩腱板は四つの筋肉の腱がつながり板のようになっており、腕を回転させる上での支点をつくる筋肉。一つ切れると次々切れてしまい、二つ、三つと切れると腕が上がらなく

が、60歳を超えると加齢とともに上昇がみられた。週5日以上従事するリンゴ専

業農家は29人のうち12人が損傷ありで、有病率は41・4%。専業農家は農業に従事していない人に比べて有病率が約4倍に上がった。リンゴ農家は腕を上げる作業が多いことなどを要因に挙げ、佐々木講師は「早く見つけて治療すれば回復できる。予防するのが一番だが難しい面もあるので、

代わりに、痛めないような作業の仕方を工夫することで負担は減らせること話した。今後さらにデータの解析と研究を進めるという。講座ではほかに、花粉やハウスダストに対するアレルギー感作率と腸内フローラの関係、座る時間の長さやメタボリックシンドロームの関係などをテーマに、各専門の教授や岩木健診に参画する企業の担当者ら計6人が発表した。



岩木健診で行った肩腱板損傷の調査結果について報告する佐々木講師（左）

講座では同大大学院医学研究科整形外科学講座の佐々木英嗣講師が調査結果を報告。調査は40歳以上の371人（平均年齢59・3歳）の利き手側の肩関節をMRI（磁気共鳴画像装置）で検査した。このうち損傷があったのは64人で有病率17・3%。有病率に男女差はなかった