

10年間のうちに 脳卒中を発症する確率は？

2013年3月19日に国立がん研究センターが、10年間の脳卒中の発症確率を予測するモデルを作成しました。

脳卒中の原因には、高血圧や糖尿病、喫煙などがあることが、これまでの疫学研究の結果から分かっていましたが、こうしたリスク因子の組み合わせからその人が将来脳卒中をどのくらいの確率で発症するかについては、まだ十分調べられていませんでした。

そこで、脳卒中発症確率を予測するために、喫煙、肥満度、血圧、降圧薬内服及び糖尿病の有無、年齢、性別の7つの因子で必要十分であることを統計学的に明らかにし、予測式が作られ発表されました。

⑥ 血圧(降圧薬の服用なし)

降圧薬服用なしの血圧	点数
120/80 未満	0
120~129/80~84	3
130~139/85~89	6
140~159/90~99	8
160~179/100~109	11
180以上/110以上	13

⑦ 血圧(降圧薬の服用あり)

降圧薬服用中の血圧	点数
120/80 未満	10
120~129/80~84	10
130~139/85~89	10
140~159/90~99	11
160~179/100~109	11
180以上/110以上	15

例えば、45歳の男性の場合=5点+6点
喫煙有り、BMI26、糖尿病無し=4点+2点+0点
降圧薬服用なしで血圧が148/105=11点
合計=28点となり、10年間で脳卒中を発症する確率は5~6%未満、血管年齢は70歳と予測されます。

① 年齢

年齢(歳)	点数
40~44	0
45~49	5
50~54	6
55~59	12
60~64	16
65~69	19

② 性別

性別	点数
男性	6
女性	0

③ タバコ

喫煙有	点数
男性	4
女性	8

④ 糖尿病

糖尿病	点数
有り	7

※糖尿病有り→治療中または空腹時血糖値126以上

⑤ 肥満度(BMI)

※肥満度(BMI)とは、
体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
で求められます。

肥満度(BMI)	点数
25未満	0
25以上~30未満	2
30以上	3

点数を合計すると、10年間での
脳卒中の発症確率と
血管年齢が予測できます！

合計点数	発症確率(%)	血管年齢	
		男性	女性
10点以下	1%未満	42	47
11~17	1~2%未満	53	60
18~22	2~3%未満	59	67
23~25	3~4%未満	64	72
26~27	4~5%未満	67	76
28~29	5~6%未満	70	80
30	6~7%未満	73	83
31~32	7~8%未満	75	85
33	8~9%未満	77	90超
34	9~10%未満	79	90超
35~36	10~12%未満	82	90超
37~39	12~15%未満	85	90超
40~42	15~20%未満	90超	90超
43点以上	20%以上	90超	90超