

自律神経機能異常を伴い慢性的な疲労を訴える患者に対する
客観的な疲労診断法の確立と慢性疲労診断指針の作成

労働者の慢性疲労に関する疫学的調査

分担研究者 酒井 一博（財団法人労働科学研究所所長）

研究要旨

通常の睡眠期では十分な回復が得られず、慢性的な疲労状態が継続するメカニズムには、現代的な労働のあり方とストレス、就労をめぐる社会環境や生活習慣が大きく影響することが知られている。本調査研究では、労働者の慢性疲労に関わる今日的な危険因子の抽出と解明を目的に多数例の質問紙調査を実施し、各種属性における特性を明らかにした。

A. 研究目的

1. 現代人の疲労訴え率レベルの推定
 2. 生活・労働と慢性疲労の構造的な関係解明
 3. 慢性疲労へのストレスの関与
 4. 参加型質問紙調査法の開発
 5. 倉恒らによって確立された慢性疲労インデックスとの関連分析
- などを目的に本疫学調査と取り組んだ。

B. 研究方法

質問紙調査票を新たに開発した。フェースは9問（F1～F9）、前月の労働時間を詳細に厳密に質問した。本編では、疲れとストレス、疲れの性質と疲れの程度のほか、連続48時間にわたる、勤務と睡眠時間の実態調査、参加型調査法の試行など、17問について質問した（Q1～Q17）。さらに、本調査の位置付けを明確にするために、慢性疲労インデックス問診票への回答も要請した。

大数例の調査実施前の予備的調査として6事業所に535部配布したところ、339部有効回答（回答率63.4%）を得た。

（倫理面への配慮）

調査票の冒頭において回答の承諾確認を求め、了解をとった。

C. 研究結果

- ・疲れやだるさを感じている人は63%であった。
- ・休日出勤や長時間労働は労働者の慢性疲労と関連するが、仕事の単調さ、運動不足、喫煙などは慢性疲労との関連があまりないという結果を得た。
- ・慢性疲労との関連の深い事柄について因子分析を行ったところ、第1因子として「職務不安の因子」が抽出された。第2因子は「労働時間」、第3因子は「家庭生活」、第4因子は「労働環境」、第5因子が「ライフイベント」、そして第6因子が「生活習慣」の因子であった。
- ・「疲れている」人の群と、「元気な」人の群では、疲労構造が明らかに異なっていた。
- ・慢性疲労は疲労症状が増えるだけでなく、ストレスの関与が大きいことが示された。
- ・現在、本調査分として、2,170部以上の回答を得て分析中である。近々、論文化の予定である。

D. 研究発表

1. 酒井一博ほか. 質問紙調査結果からみた労働者の慢性疲労兆候
 2. 酒井一博ほか. 慢性疲労状況に関する仮想評価設問の試み
- 以上、日本人間工学会第52回大会、東京（2011年6月6-7日開催、演題提出済み）