

【2024 年度共同研究費 成果(経過)報告書】

大学生の肥満および痩せはうつ症状に関連するか

吉本好延^{*,1)}、濱岡克伺²⁾、田中守³⁾、

¹⁾聖隷クリストファー大学、²⁾大阪行岡医療大学、³⁾中部大学

背景

うつ病は精神的・身体的症状を伴う精神疾患であり、日本国内において約 500 万人が罹患していると推定される。特に大学生は学業や対人関係、生活の変化など多様なストレスに晒されており、うつ病発症リスクが高い。うつ症状がもたらす学力低下や登校困難、自殺のリスクを軽減するためには、発症に関連する因子の特定と早期対応が重要である。その関連因子として注目されているのが肥満であり、先行研究では肥満とうつ症状の関連性について報告されているが、統一した見解は得られていない。

本研究の目的は、大学生における肥満とうつ症状の関連性を明らかにすることであった。

対象

対象は 18～22 歳の大学生 200 名とした。

方法

研究デザインは横断研究とした。体組成の評価には高精度型体組成計 DF870(ヤマト社)を用いた。Body Mass Index (以下、BMI) を基に、BMI 18.5 kg/m²未満を痩せ型群、BMI 18.5～29.0 kg/m²を普通群、BMI 30.0 kg/m²以上を肥満群に分類した。うつ症状の評価には、自己評価式抑うつ尺度 (Self-Rating Depression Scale: SDS) を使用した。SDS は 20 項目の質問紙で、抑うつ感情 (2 項目)、身体的症状 (8 項目)、精神的症状 (10 項目) から構成され、合計点数が高いほど抑うつが重度と判断される。回答は 4 段階の選択肢からなり、最低 20 点、最高 80 点となる。統計解析は、BMI と SDS の比較に一元配置分散分析および多重比較を実施した。

結果

痩せ型群 36 名 (18%)、普通体型 148 名 (74%)、肥満体型 16 名 (8%) であった。群間比較の結果、痩せ型群 (平均 40.5±5.1 点) と普通群 (平均 41.4±6.5 点)、普通群と肥満群 (平均 41.5±6.3 点) の間には有意差が認められなかった (P = 0.68, P = 0.099)。しかし、痩せ型群と肥満群の間では有意差が確認され、肥満群は痩せ型群より有意に高値を認めた (P = 0.048)。

考察

大学生において痩せ型と肥満の間でうつ症状の違いがあることが示された。今後、因果関係の解明や影響因子の特定を行うため、縦断研究や心理社会的要因を考慮した研究が求められる。

倫理審査	■承認番号 (24014) □該当しない
利益相反	■なし □あり ()