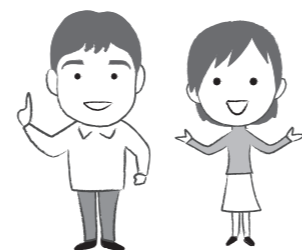




聖路加看護大学保健医療社会学・看護情報学教授

中山 和弘

「〇倍リスクが高い」という情報の見極め方



中山和弘先生
花子さんにヘルスリテラシーについて教え、産業保健活動をサポート。

花子さん
新米産業保健師。ヘルスリテラシーに関心をもち、中山先生のもとで勉強中。

また、リスクをどのように表現するかによって、与える印象は変わります。先ほどの「2.5倍」のように、個々の発生確率の「比」としています。「たばこを吸うと〇倍肺がんになりやすい」など、よく使われているものです。しかし、注意しなくてはならないのは、そこに発生確率の大小は含まれないということ。2/100と5/100でも、2/10000と5/10000でも同じ2.5倍になってしまいます。

一方、比ではなく、発生確率すなわち「絶対リスク」の差を用いて、リスクを表す場合もあります。これは、「寄与危険度」ともよばれるものです。先ほど示した例で考えると、発症率が、5/100と2/10000の2%なのでその差をとると3%であり、「食品Aを毎日食べると、疾病Bの発症件数が全人数の3%増加する」となります。言い換えると、食品Aを毎日食べなければ、100人に3人が疾病Bにならなくてすむとみることが出来ます。リスクが2.5倍といわれるより、こちらのほうが実際にどんなことがおこるかわかりやすいのではないのでしょうか。

最近、「〇〇を食べると××になるリスクが3倍」「〇〇な人は××に5倍なりやすい」といったニュース記事などをよく見かけます。こうした記事を見て、なんとなく心配になる方もいるようです

「〇倍リスクが高い」「〇%リスクが上昇する」など、最近よく目にするこの手の情報ですが、こうした情報の取り扱いには注意が必要です。たとえば右のような記事があったとしたら、どう感じるでしょうか。もう食品Aを食べることはやめよう、と思う人もいるかもしれませんが、こうした情報をどう扱えばよいのかについて考えてみましょう

食品Aを毎日食べると疾病Bになるリスクが2.5倍!?

食品Aを1日1回以上食べていた人は、そうでなかった人に比べて、疾病Bになるリスクが2.5倍高いことがわかった。調査では、食品Aを毎日食べる100人と、食べていなかった100人を10年間追跡。その結果、それぞれ5人と2人が疾病Bを発症した。

ほかに気を付けるべき点について教えてください

関連と因果関係は違うことに留意しましょう

リスクの表し方をおさえよう!

例 食品Aと疾病Bの発症に関する研究 (10年間の追跡研究)

〈対象者200人の場合〉		〈対象者2万人の場合〉	
食品Aを毎日食べる人 100人	食べない人 100人	食品Aを毎日食べる人 10000人	食べない人 10000人
疾病Bになった人 5人	疾病Bになった人 2人	疾病Bになった人 5人	疾病Bになった人 2人

相対リスクでリスクを示した場合
発症率5/100、2/100の比をとり、**2.5**
「食品Aを毎日食べる人は、食べない人と比較し、疾病Bになるリスクが2.5倍」

寄与危険度でリスクを示した場合
発症率5%、2%の差をとり、**3%**
「食品Aを毎日食べると、疾病Bの発症件数が全人数の3%増加する」

相対リスクでリスクを示した場合
発症率5/10000、2/10000の比をとり**2.5**
「食品Aを毎日食べる人は、食べない人と比較し、疾病Bになるリスクが2.5倍」

寄与危険度でリスクを示した場合
発症率0.05%、0.02%の差をとり、**0.03%**
「食品Aを毎日食べると、疾病Bの発症件数が全人数の0.03%増加する」

Point! 絶対リスクを用いた寄与危険度では、発症率の大小が含まれる

冒頭に例示した「食品Aを毎日食べる人は、そうでない人に比べて疾病Bになるリスクが2.5倍高い」の2.5という数値は、食品Aを毎日食べる人・食べない人それぞれで疾病Bになった人が、何人中何人かという4つの人数がもとになっています。ですから、まずはこの人数が十分に大きいかをチェックします。100人中2人でも、1万人中200人でも、どちらも発症率は2%です。しかし、その「2」という数値の信頼性は、数が多いほうが高くなります。100人だけを対象とした研究結果は誤差がかなり大きいことが予想され、もう一度同じ研究をしたらずいぶん違った結果になる可能性が高いということです。

リスクがあるかどうかは、どのように判断されるのでしょうか? 発生確率は重要な判断指標のひとつです。最近、「リスク」という言葉を耳にする機会はとて増えましたが、健康や医療の分野でもよく使われています。リスクというのが、「よくないこと」であるのはわかっていますが、その正体は何でしょうか。それは、次の式で表すことができるといわれています。

リスク = 問題の発生する確率 × 問題の大きさ

リスクを判断するためには、問題の重要性だけではなく、確率が必要になるわけですね。確率というと、身近なところでは、割と当たる降水確率、当たる気のしない宝くじの当選確率、当たってほしいくない大地震の発生確率などがあります。日常生活でもよく目にするようになった確率ですが、実際に存在しているものではありません。「考えて」みて初めて現れるもので、知らなければ、ないわけです。知らぬが仏ですが、知って得ることがあるのも事実です。

確率は、そんな「未来」を明るくするためのものですが、「過去」のデータを使って計算しています。確率を用いてリスクを示した情報を見たとき、注意することは何ですか? もとになる人数やリスクの表現方法に注意しましょう