

握力の左右差 20%超で全死亡リスクが 30% 上昇

握力の左右差は、高齢者における転倒、機能障害、サルコペニア、神経変性疾患との関連が指摘されており、全身の健康状態の指標となりうることが報告されています。

このたび、国立長寿医療研究センターのデータ解析により、20%超の握力の左右差が全死亡リスクの 30%上昇と関連することが明らかになり、*Arch Gerontol Geriatr* 誌に報告されました。

20%超の左右差あり群は男女とも高齢、体脂肪率高値、時間睡眠が長く、心疾患と高血圧の既往が多く、女性ではフレイルの割合も多い傾向にありました。