

運送業界の健康支援を生きがいに



197 ドライバーと高血圧

ヘルスケアナビシ
ステム」に基づく

11月は昼夜の激しい温度
差や、日々の気温変化で体
調を崩しやすい季節です。
そんな季節の変わり目、ド
ライバーさんに注意いただ
きたいのが血圧です。

■ドライバーの5割は高
血圧

最近では健康起因事故防止
の側面から、点呼時に血圧
測定をされる事業者が増え
ています。以前は、「たと
え高血圧であっても交替ド
ライバーがいないので、血
圧測定はしない」という事
業者が多く、点呼時の測定
導入が難しい状況でした。
昨今は全ト協の血圧計購入
の助成もあり、業界におけ
る血圧測定の機運は徐々に
高まりつつあります。しか
しながら、全ト協の「運輸

健康結果分析からは、ト
ラックドライバー2404
人の約5割が高血圧で、さ
らに治療を要する人は、4
0歳代で3割、50歳代と60歳
代では4割となっています
(2020年度 OCHIS
調査)。

ドライバー不足の折では
ありますが、ドライバーが
いないから、高血圧でも出
庫させるというのでは、測
定の意味がありません。血
圧コントロールには、起床
時など点呼時以外でも測定
の習慣をつけること、減塩
運動などの生活習慣に気を
配ることとともに、治療対
象者は受診により服薬など
を怠らないようにすること

が不可欠です。
■高血圧と認識していま
すか？

日本高血圧学会の調査に
よると、日本国内の高血圧
者数は4300万人、その
うち「自らが高血圧だとい
う認識がなく、治療放置し
ている人は1400万人」
だそうです。はたして、治
療対象者のドライバーさん
の意識や認識はどうでしょ
うか。

■プロドライバーの責任
ハンドルを握っている
時の血圧は通常より20〜
30 mmHg 高く、ヒヤリ
ハットを経験するとさらに
急上昇するといわれています。
高血圧が脳心臓疾患や
睡眠時無呼吸症候群(SA
S)など、健康起因事故に
直結することは周知の通り
です。安全走行のためには、
まず自身の血圧を知る
こと、そして治療が必要で
あれば治療を行うこと、そ
れが責任あるプロドライ
バーの役割ではないでしょ
うか。

《全日本トラック協会 SAS 検査受託機関》
NPO 法人 ヘルスケアネットワーク
(OCHIS)
副理事長 作本 貞子
「安全と健康を推進する協議会(両輪会)」代表
国土交通省健康起因事故対策協議会委員
TEL : 06-6965-3666
FAX : 06-6965-5261
東京オフィス TEL : 03-3295-1271
E-mail sakumoto@ochis-net.com
HP <http://sas.ochis-net.jp/>

(次回は12月13日号に掲載)