

専門〈保健師〉

- (1) COPD に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。
1. COPD は慢性気管支炎や気管支喘息、肺気腫の総称で、有害物質を長期に吸入曝露することで生じた肺の炎症性疾患である。
  2. COPD の特徴的な症状は、歩行時や階段昇降時に息切れを感じる労作時呼吸困難や慢性の咳や痰である。
  3. 肺胞が破壊されて、肺気腫という状態になると、肺が膨らもうとする力が減少して、息を吐くのは容易だが息を吸うことが困難になり、酸素の取り込み機能が低下する。
  4. 肺機能検査（スパイロメトリー）で、「1秒率」が50%あれば、COPD の可能性は低い。
  5. 喫煙者における COPD の発症率はおよそ50%である。COPD 患者が禁煙すると、「1秒量」が改善する。

(正答 2)

専門〈保健師〉

(2) 健康日本21（第三次）で設定された具体的目標に関する次の記述のうち妥当なのはどれか。

1. 健康寿命については、男性は70歳、女性は73歳を目標値としている。
2. 適正体重を維持している者の増加（肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少）については、BMI18.5以上25未満（65歳以上はBMI20を超え25未満）の者の割合50%を目標値としている。
3. 骨粗鬆症検診受診率の向上については、75%を目標値としている。
4. 睡眠時間が十分に確保できている者の増加については、睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の者の割合30%を目標値としている。
5. 野菜摂取量の増加については、1日当たりの野菜摂取量の平均値350gを目標値としている。

(正答 5)