

住宅断熱化で血压安定

住宅を断熱化して室温の変動を小さくすると住民の血压も安定することが分かったと、一般社団法人日本サステナブル建築協会（東京）が発表した。

2014～18年度、国の補助制度を利用して断熱改修を予定していた2307戸の住民4131人と、そのうち実際に改修した679戸1194人に同意を得て、改修前後の健康状態を調べ、同時に、温度や湿度などの室内環境を細かく計測して改修の影響を分析した。

実際の調査検証は循環器内科学や公衆衛生学、建築環境工学などの専門家による調査委員会

が担当した。

委員会幹事の伊香賀俊治慶応大教授（建築学）によると、「起床時の居間の平均室温が冬で18度以上、夏で26度未満に安定した住宅」とそれ以外の住宅で比較した結果、室温が安定した住宅の住民は、起床時最高血压の冬と夏の変動幅が2・3で、寒暖差の大きな住宅の9・8を大きく下回った。最低血压の変動幅も1・1と5・4で同様の差があった。

改修の影響調査で判明 室温の変動縮小が奏功

実際に断熱改修した住宅の住民のうち、改修前後の血压を測定できた975人の結果などからは、年齢や性別、体格、降圧剤服用の有無などの影響を除いても、改修後は起床時の最高血压が3・5、最低血压が1・5、それぞれ低下していた。居間と寝室の温度差が小さい方が、最高血压が低いという結果だった。

