

○アルコール依存症 ★★

常習的な飲酒運転の背景には、**アルコール依存症**という病気があるといわれている。この病気は専門医による早期の治療をすることにより回復が可能とされているが、一度回復しても飲酒することにより**再発することがある**ため、アルコール依存症から回復した運転者に対しても飲酒に関する指導を継続的に行う必要がある。

○アルコールの処理時間 ★★★

健康へのリスクの少ない節度ある適度な飲酒の目安としては、純アルコール20グラムと言われており、これを「アルコールの1単位」という。個人差もあるが、1単位のアルコール（例：アルコール5%のビールの場合、500ミリリットル）を処理するための必要な時間の目安は、概ね**4時間**とされている。

事業者は、これらを参考に個人差を考慮して、**すべての運転者に対し**、酒気帯び運転防止の観点から酒類の飲み方等についても指導を行う必要がある。

○生活習慣病 ★★

近年、脳血管疾患や心臓病などに起因した運転中の突然死による事故が増加傾向にあるが、これらの病気の要因が生活習慣に関係していることから生活習慣病と呼ばれている。この病気は、暴飲暴食や運動不足などの習慣が積み重なって発病するので、健康診断の結果に基づいて生活習慣の改善を図ることが重要である。

●脳血管疾患の予防

脳血管疾患とは脳の血管の異常によって、脳細胞が壊れる病気の総称であり、主な脳血管疾患には脳梗塞、脳内出血、くも膜下出血などがある。

これらの疾患は、MR I検査やCT検査などで早期に発見することが可能だが、健康診断では脳そのものの疾患を診る項目は設定されていないため、**定期健康診断で発見することは難しい**。

○運転者の健康状態に起因する重大事故 ★（※平成28年～30年のデータに基づく）

すべての事業用自動車の乗務員に起因する重大事故報告件数は約2,000件であり（平成28年は1,838件、平成29年は1,930件、平成30年は1,937件）、このうち、運転者の健康状態に起因する事故件数は約300件で推移していたが（平成28年は304件、平成29年は298件）、平成30年は363件とやや増加した。

病名別では、心筋梗塞等の心臓疾患と脳血管疾患等の脳疾患が多く発生している。

POINT

- ☞健康診断については、第4章の労働基準法関係から出題されることもある。
- ☞睡眠時無呼吸症候群は、狭心症や心筋梗塞などの合併症を引き起こすおそれがある。
- ☞飲酒により体内に摂取されたビール500ミリリットル（アルコール5%）が分解処理されるのに必要な時間の目安は、概ね**4時間**である。