

題名

施設入所高齢者における移乗動作の自立度と移動様式が身体活動量と心身の健康度に及ぼす影響

【発表】

西田優紀¹⁾、中江悟司¹⁾、山田陽介¹⁾、山口美輪¹⁾、近藤衣美¹⁾、白土裕之²⁾、平野浩彦³⁾、佐々木敏⁴⁾、田中茂穂¹⁾、勝川史憲⁵⁾

1) 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所

2) 介護老人保健施設シルバーピア加賀

3) 東京都健康長寿医療センター研究所

4) 東京大学大学院医学系研究科

5) 慶應義塾大学スポーツ医学研究センター

【目的】

施設入所高齢者において、移乗動作の自立度と移動様式の違いが身体活動量および心身の健康度に及ぼす影響を明らかにすること。

【方法】

介護老人保健施設に入所する要介護高齢者男女 39 名（年齢 86 ± 7 歳，身長 151.0 ± 10.4 cm，体重 45.6 ± 7.6 kg，BMI 20.0 ± 2.3 kg/m²）を対象とした。3 軸加速度計 Active style Pro HJA-750C を 2 週間装着してもらい、1 日あたりの 1.6METs 以上の身体活動時間を測定した。また、質問紙を用いて、意欲・栄養状態・抑うつ傾向を評価した。統計解析では、歩行移動群（15 名）、車いす移動/移乗自立群（12 名）、車いす移動/移乗要介助群（12 名）に分類し、3 群間の各項目を比較した。なお、データは中央値（第 1 四分位数－第 3 四分位数）で示し、有意水準は全て 5%とした。

【結果】

歩行移動群、車いす移動/移乗自立群、車いす移動/移乗要介助群の 1.6METs 以上の身体活動時間は、それぞれ 129（105-154）分、121（72-191）分、54（33-83）分であり、車いす移動/移乗要介助群が他の 2 群に対して有意に低値を示した（ $P < 0.05$ ）。意欲・栄養状態・抑うつ傾向についても、歩行移動群と車いす移動/移乗自立群との間に有意差は認められなかったが、車いす移動/移乗要介助群が他の 2 群に対して有意に低値を示した（ $P < 0.05$ ）。

【結論】

施設入所高齢者においては、日常生活の移動様式よりも移乗動作の自立度が身体活動時間に影響を及ぼし、さらに移乗要介助群では、意欲低下、低栄養、抑うつ傾向が強まる可能性が示唆された。移乗に介助を要する施設入所高齢者のリハビリテーションでは、歩行訓練よりもまず先に移乗能力の獲得を目指した介入に重点をおいた方がよいと考える。