

高齢者の「転倒」は、運動機能だけでなく、認知機能や状況判断、外的要因などが絡み合った結果である。その予防には、転倒に至る原因や背景因子の分析と整理が必要だが、高齢者全体に共通する問題の整理と理解や、個々の高齢者の条件に合わせた予防対策の立案など、いずれも容易なことではない。さらに病院・施設・居宅各々の環境条件で留意点も予防策も大きく異なる。

高齢者の転倒を予防することは難しい。関連する要因や転倒予防活動をまとめ、理学療法士としてどう理解し参画するかを考える。

■虚弱・認知症・高次脳機能障害と転倒—高齢者における転倒と運動機能および遂行機能(熊居慶一, 他論文)

高齢者の日常的なリスクである転倒と“虚弱”と高次脳機能障害(遂行機能)との関連を紹介する。虚弱と転倒については、まず虚弱に関して類似する概念の整理を行った。次に虚弱=フレイルとして転倒との関連を調べた。系統的レビューの結果、フレイルは定義によらず将来の転倒リスクを予測した。遂行機能と転倒についても、用語の整理から始め、地域調査の結果に基づき、転倒と遂行機能障害との関係を明らかにした。

■転倒と運動機能・受け止めの変化(井上 優論文)

高齢者は転倒により生じる弊害を自身の経験にとどまらず他者の経験からも知っており、日々の生活のなかで、転んでしまうのではないかと不安や恐怖を抱え、今まで行ってきたことに対する自信が低下していることが少なくない。本稿では、高齢者の転倒関連要因の再確認に加え、情緒的特徴や心理的受け止めについて整理し、理学療法士として求められる対応や態度について概説する。

■感覚・認知機能からみた転倒予防のための生活環境整備(中條浩樹論文)

入院患者の高齢者割合の増加と自宅退院率の上昇により、高齢者の生活環境整備の必要性が高くなってきた。疾患特性や運動機能に合わせた住宅改修を行ったとしても、それを利用する者の感覚・認知機能に問題があれば、こちらの想定した使い方をしてくれるとは限らない。加齢による感覚・認知機能の変化に焦点を当て、高齢者が遭遇しやすい家庭内転倒事故を検証し、生活環境整備における解決策を提案する。

■転倒の予防運動プログラムの実践と課題(山田拓実論文)

転倒予防の運動プログラムの効果に関しては、2000年以降、多くのシステムティックレビュー・メタアナリシスが報告されている。地域在住高齢者を対象とした、集団あるいは個別で実施する複合的運動プログラムは、30%前後、同程度に転倒を減少させる効果を有する。しかし、医療・介護施設入所者や転倒経験の多い高齢者においては、その成績は不確かで、エビデンスレベルは低くなる。

■転倒・転落予防対策チームのあり方と理学療法士の役割(平井 覚論文)

現在の医療安全活動は「多職種で取り組む」ということが常識として認識されている。病院内でのインシデント報告は多種多様であるが、そのなかでも理学療法士のもつ知識を最も活かしやすいのは高頻度で報告される転倒・転落事故である。われわれが院内の医療安全活動での転倒予防にどのようにかかわっていくべきか、チームの一員として何を求められているか知見を述べたい。