Sun. Dec 15, 2019

Room1

シンポジウム | シンポジウム

[SY] シンポジウム

2:00 PM - 3:50 PM Room1 (Terrsa hall)

[SY-01] 地域在住高齢者に対するトレーニング効果のエビデンス

*松本 大輔[1]（1. 畿央大学健康科学部理学療法学科・畿央大学ヘルスプロモーションセンター）

[SY-02] 施設利用高齢者に対する運動療法のエビデンス

*岡前 暁生[1]（1. 兵庫医科大学ささやま医療センター　リハビリテーション室）

[SY-03] 訪問リハビリテーションのエビデンス

*石垣 智也[1]（1. 名古屋学院大学　リハビリテーション学部　理学療法学科）

©Japanese Physical Therapy Association

シンポジウム | シンポジウム

[SY] シンポジウム

Sun. Dec 15, 2019 2:00 PM - 3:50 PM Room1 (Terrsa hall)

地域理学療法学のエビデンス

講師：松本大輔、岡前暁生、
　石垣智也

司会：池添冬芽

[SY-01] 地域在住高齢者に対するトレーニング効果のエビデンス

*松本 大輔[1]（1. 畿央大学健康科学部理学療法学科・畿央大学ヘルスプロモーションセンター）

[SY-02] 施設利用高齢者に対する運動療法のエビデンス

*岡前 暁生[1]（1. 兵庫医科大学ささやま医療センター　リハビリテーション室）

[SY-03] 訪問リハビリテーションのエビデンス

*石垣 智也[1]（1. 名古屋学院大学　リハビリテーション学部　理学療法学科）

©Japanese Physical Therapy Association

(Sun. Dec 15, 2019 2:00 PM - 3:50 PM Room1)

[SY-01] 地域在住高齢者に対するトレーニング効果のエビデンス

*松本 大輔[1]（1. 畿央大学健康科学部理学療法学科・畿央大学ヘルスプロモーションセンター）

世界保健機関（ World Health Organization）は世界的な高齢化に対し，2015年に初めて「高齢化と健康に関するワールド・レポート」1)を発表した．その中では，“ Healthy ageing”には，高齢者は多様であることを理解することや身体機能を高く保ちながら生きられるような身体活動の促進や保健・医療・介護システムが必要であるとしている．このことから，“ Healthy ageing”に我々理学療法士が果たす役割が大きいと考えられる．一方，専門職として，高齢者の心身機能等の維持・改善という成果（効果）が求められてくる．
近年，高齢者におけるトレーニングの効果について，シマティックレビューやメタアナリシスが盛んに行われ，ガイドライン等で明確に示されるようになってきた． Physical Activity Guidelines for Americans2)では，高齢者は筋力トレーニングや有酸素運動・バランストレーニングを含む多因子介入を推奨し，種々の疾患リスクや身体機能に合わせ安全に実施することの重要性を示している．より効果を示すために，これらのようなエビデンスについて理解し，目の前の患者・利用者への理学療法に活かすことができるかが重要になる．
今回は，地域在住高齢者における「筋力トレーニング」および「ウォーキング」の効果を中心に，エビデンスの整理と地域理学療法学会でガイドライン作成に向けて進めているシステマティックレビューで知り得た結果を一部紹介し，エビデンスをどのように解釈し，実践していくのかを議論したい．

1) World Health Organization. (2015). “ World report on ageing and health 2015.”
https://www.who.int/ageing/events/world-report-2015-launch/en/（2019年8月28日アクセス）
2) Piercy, K. L., et al. (2018). "The Physical Activity Guidelines for Americans." JAMA 320(19): 2020-2028.

(Sun. Dec 15, 2019 2:00 PM - 3:50 PM Room1)

[SY-02] 施設利用高齢者に対する運動療法のエビデンス

*岡前 暁生[1]（1. 兵庫医科大学ささやま医療センター　リハビリテーション室）

65歳以上の高齢者数は，2018年には3,492万人に達し，要介護要支援認定者数は，2018年時点で644万人（65歳以上高齢者の18%），要介護3以上の高者数は225万人（同6%）であり，今後の高齢者人口の増加に伴い，要介護要支援認定者数は増加することが予想される。
このような状況のもと，介護老人福祉施設，介護老人保健施設などの介護保険施設は13,000施設を超えている。しかし，今後の要介護認定者数の増加に伴い，地域によっては施設が足りない状況が予想され，地域に沿った施設の整備が必要となっている。運動療法を始めとした種々の取り組みによって利用者の要介護度の重度化を予防し，限られたケアスタッフの負担を抑え，介護老人保健施設などからの家庭復帰率を増やすことが重要となる。
施設利用高齢者は，加齢，慢性疾患，認知障害，栄養不良，社会的関与の低さなどが，機能低下の予測因子になるとされている。機能低下は利用者や施設の特徴により，異なるスピードで進行する可能性があり，施設で行う運動療法は，現在の機能状態だけに注目するのではなく，機能低下のリスクとなる複数の要因を踏まえたうえで実施していく必要がある。
その効果検証には，個人レベルだけでなく施設レベルの影響についても，機能変化を評価する研究においては考慮されるべきであることから，多くの施設で行われた介入試験の効果を系統的にみていく必要がある。運動療法は施設利用者の ADLや歩行能力を改善する可能性があるが，転倒・骨折を低下させるがどうかは明らかになっておらず，アウトカムによって効果は異なっている。そこで，今回は施設利用高齢者を対象にした運動療法の効果について，多施設で行われた介入試験をまとめたいくつかのシステマティックレビューやメタアナリシスの内容を中心に，運動療法の効果をＡＤＬ，歩行能力，筋力，バランス，柔軟性，精神心理機能，認知機能，転倒予防などのアウトカム別に紹介する。

©Japanese Physical Therapy Association

(Sun. Dec 15, 2019 2:00 PM - 3:50 PM Room1)

[SY-03] 訪問リハビリテーションのエビデンス

*石垣 智也[1]（1. 名古屋学院大学　リハビリテーション学部　理学療法学科）

「訪問リハビリテーション（以下，訪問リハ）は個別性が強く効果に関するエビデンスを見出しにくい」との声を耳にすることがある．しかし，本当に訪問リハの効果にエビデンス，すなわち科学的根拠はないのであろうか．

知り得る限りにおいて，訪問リハの効果に関する最初のエビデンスは，1985年にイギリスの Wadeらが The Lancet誌へ報告した研究にまで遡る．これでは脳卒中患者を対象に，訪問リハを含む多職種チームで在宅ケアを行った効果を検証しており，従来の病院を中心としたケアに比べ，在宅ケアの有効性は認められなかったとされている．ここで重要なのは，諸外国では既に30年以上も前からエビデンスの構築が行われている点である．そして，効果の是非についても後に続く数多くの研究で検証が重ねられており，一部ではエビデンスレベルの高いシステマティックレビュー・メタアナリシスで有効性が論じられているものも存在する．すなわち，訪問リハの効果に関するエビデンスは存在するということである．

ただし，これらは保険制度や文化の異なる諸外国のエビデンスであり，本邦の訪問リハに限ったエビデンスは非常に限られている．このような背景から，本邦では訪問リハのエビデンスに対して消極的な認識になっているのかもしれない．しかし，諸外国のエビデンスであったとしても，本邦の訪問リハに有用となるエビデンスは数多く存在する．これらを適切に解釈することで，本邦の訪問リハの効果に資する情報として読み解くことができるのではないだろうか．

本シンポジウムでは訪問リハの効果に関するエビデンスを概説するとともに，本邦の訪問リハへの適用可能性や課題についても提言する．これにより，地域理学療法学のエビデンス構築に向けた展望と課題について議論を行いたい．

©Japanese Physical Therapy Association