

S1-3

エビデンスに基づく転倒予防 - 多職種による多因子介入プログラムについて -

今津赤十字病院 リハビリテーション科

しらいし ひろし
白石 浩

“平均寿命”から“健康寿命”へと、高齢者の生活の質が重視される中で、寝たきりなどの要介護状態を予防し、自立した生活（健康長寿）を維持・増進するためのリハビリテーションの果たす役割は重要であると考えます。

要介護の原因として最も多いものは脳血管疾患であるが、転倒・骨折や関節疾患等の運動器疾患も原因として占める割合は高い。高齢者の約3割が毎年転倒し、その約5%が骨折しているとされる。わが国では大腿骨骨折の患者数は年々増加しており、2000年の11万人から2020年には22万人と倍増することが予測されている。大腿骨骨折の約8割は転倒によるものとされ、医療費・介護費用の観点からもその対策は重要であろう。

院内の転倒についてみると、医療事故（平成21年日本医療機能評価機構報告書）では「転倒・転落」の報告件数が最も多く、全体の約1/4を占めている。この事故により後遺症の可能性のある割合は48%、死亡も3%と報告されている。

高齢者のADL・QOLに影響を与える院内での転倒事故を防ぐためには、“廃用症候群”とのバランスを考慮する必要がある。過剰な安静もしくはオーバーケアにより、転倒・骨折率が減少しても、廃用症候群が増加すれば高齢者のADL・QOLは低下していく。限定されたマンパワーの中で、廃用を起さないよう効率的な転倒予防を実践していくことに苦慮している病院は多いのではないだろうか。

今回、健康長寿を支援する日常診療での取り組みとして、リハビリテーション専門職の立場から転倒予防に焦点を当て、転倒リスクの高い症例を通じてエビデンスに基づく転倒予防について検討したので報告する。