

会員区活動部中央西区域 平成 28 年度第 2 回ブロック研修会

「栄養とリハビリテーション～高齢者版～」に参加して

井上病院理学療法士 水口 大希

今回の研修では、くぼかわ病院リハビリテーション部の東大和生先生に、主に高齢者においての栄養とリハビリテーションの関係性について説明して頂きました。

この研修で、理学療法介入の際には患者の栄養状態を把握する必要性を改めて感じました。超高齢社会の現在、理学療法士が対象とする患者の多くは高齢者です。高齢者は運動量に見合った必要エネルギーを摂取できなければ低栄養となり、理学療法の効果が現れにくいだけでなく、体重減少につながる危険性があります。リハビリにより身体機能が改善し、活動量が増えてきた患者に対しては特に注意が必要であり、栄養量を変えずに投与し続けると容易に体重減少を引き起こしてしまいます。私の勤務する病院の入院患者のほとんどは高齢者であるため、医師や看護師、管理栄養士との情報共有を密にし、体重の変動や栄養状態、生化学検査データ等を把握した上で介入していかなければならないと再認識しました。

また、東先生はサルコペニアとフレイルについても話されていました。加齢によるサルコペニアや低栄養などが影響し、筋力や活動が低下した状態がフレイルです。フレイルは健康状態と要介護の間にあり、対応せず放置しておくとも要介護となっていきます。しかし、フレイルは健康状態へ可逆性があるとのことで、関わり方次第で対象者の健康寿命や QOL を向上させることが出来るのではないかと思います。私の勤務先では外来リハビリも行っており、自立した生活を今後も送ることを目標に来院されている方がいます。その対象者の多くはフレイルの状態であるといえるでしょう。今回の研修では、そのような方々へのリハビリに対して意識し直し、生活自立に向け目標設定等を改める必要性を感じました。

