

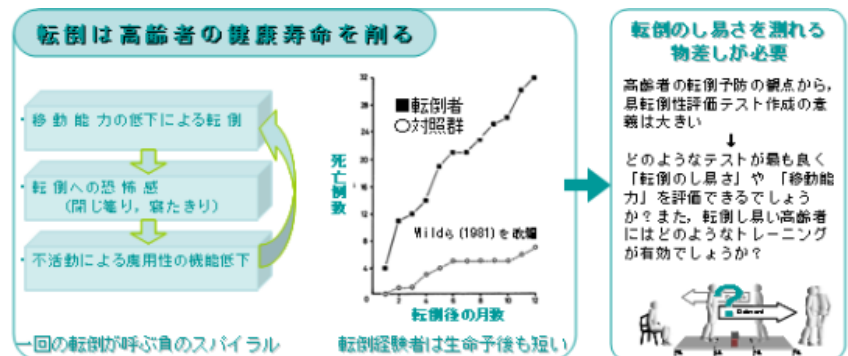
秋田県立大学「人類の持続的発展に資する科学・技術」研究  
「苗」研究のエントリーシート

研究テーマ	高齢者の転倒リスク評価法の開発		
研究代表者	内山 応信	役職	准教授
フリガナ	ウチヤマ マサノブ	学位	博士(学術)
学科等	総合科学教育研究センター	Eメール	<a href="mailto:uchiyama@akita-pu.ac.jp">uchiyama@akita-pu.ac.jp</a>
主な共同研究者 (学内)	無し		
主な共同研究者 (学外)	出村慎一(金沢大学)、佐藤進(金沢工業大学)、山次俊介(福井大学)、他		

研究の内容

日常生活において、歩く、立つ、座る、向きを変える等、下肢を利用した身体重心の移動を伴う動作は頻繁に利用されます。これら諸動作の成就には身体の機能的移動能力や動的なバランス能力等が関与しています。我々ヒトは、加齢に伴い機能的移動能力やバランス能力が否応なく低下する宿命にあります。よって、高齢期には転倒の危険性が高まり、又、たった一度の転倒経験が骨折、更には長期に渡る寝たきり状態を誘発します。このような状態に陥ると、日常生活活動に必要なあらゆる身体諸機能が低下し、最終的に人生に対する満足度や幸福感(QOL)にまで悪影響を及ぼします。ゆえに高齢期において移動能力やバランス能力の低下を延伸させること、又そのレベル(転倒のし易さ)を客観的に評価することは非常に重要な意義を持ちます。ここ秋田県では、全国に先駆けて高齢化率(65歳以上の人口率)が30%に達しました。我が国の目指すべき高齢者の健康観も「活動的な85歳」にシフトし、身体機能の維持・向上が重視されるようになりました。高齢者が要介護状態に陥る原因の3割が衰弱や転倒・骨折であることも分かっています。超高齢社会における医療費の高騰、労働力確保、介護問題等を考慮すると、秋田県の、そして日本の持続的発展を望む上で国民一人ひとりの易転倒性(転倒し易さ)は見逃ごす事の出来ない死活問題と言えるでしょう。

そこで本研究では、高齢者が転倒して重篤な障害を持つ前に(一次予防の観点から)、転倒のし易さを判定しスクリーニングする方法の確立、又、転倒し易い高齢者に有効なトレーニングの解明、そのトレーニング介入による効果検証等を進めています。



<b>研究の独自性・アピール点</b>
<p>(1) 従来の画一的な転倒リスク評価法ではなく、個々人の様態を的確に評価する転倒リスク評価法の確立.</p> <p>(2) 従来の画一的な転倒予防運動プログラム（主に歩行運動や筋力トレーニング）ではなく、神経系や感覚器系へ介入も考慮したトレーニング内容の提案.</p> <p>(3) 転倒リスク調査だけでは判別困難な身体機能要因について詳細にスクリーニングするために簡易なパフォーマンステストの作成と提案.</p>
<b>期待される成果・波及効果</b>
<p>個々の高齢者の様態に応じた転倒リスク評価から、個別トレーニングプログラムを明確化することができ、それにより従来の画一的な転倒予防トレーニングプログラムを改善可能である。この知見は、県のヘルスプロモーション（健康推進）施策にも大きな示唆となり得る。</p>
<b>関連する主な業績</b>
<p>Uchiyama M, Demura S. Proposal to use an obstructed Timed "Up &amp; Go" test to assess the risk of falling in healthy elderly individuals. <i>Baltic Journal of Health and Physical Activity</i>, (in print).</p> <p>Uchiyama M, Demura S. Mobility performance of the elderly decreases both during and after crossing over an obstacle - A comparison between young adults and the elderly. <i>Human Movement</i>, (in print).</p> <p>Demura S, Sato S, Shin S, Uchiyama M. Setting the criterion for fall risk screening for healthy community-dwelling elderly. <i>Archives of Gerontology and Geriatrics</i>, 2012, 54(2), 370-372.</p> <p>Demura S, Uchiyama M. Proper assessment of the falling risk in the elderly by a physical mobility test with an obstacle. <i>Tohok J. Exp. Med.</i>, 2007, 212, 13-20.</p> <p style="text-align: right;">その他</p>
<b>キーワード</b>
<p>高齢者, 転倒リスク, 移動能力, パフォーマンステスト, 姿勢制御, 足圧中心動揺, 動作分析</p>