

関節炎を有しながら運動を実施している者、実施していない者における違いについて—要因に関する質的研究

伊藤健一

大阪府立大学総合リハビリテーション学部理学療法学講座

目的：習慣的な運動への参加率は、関節炎を有さない者のほうが高い。本研究の目的は、関節炎を有しながら、運動を実施している成人と実施していない成人を対象とし、運動の実施において何が障壁となっているのか、また運動を可能にしている要因、運動の利点について検討することである。

方法：研究対象は、関節炎を有する 68 名の成人を含む 12 のグループである。これらのグループは運動状況、社会経済的状况、および人種により分割された。対象であるグループのディスカッションを逐語的に文字に起こし、コード化した。運動を実施している人と実施していない人について、主要因を抽出するために定性データ分析ソフトの Nvivo を利用した。

結果：様々な身体的、精神的、社会的、そして環境因子が運動習慣の有無に影響を与えることがわかった。これらの要因のいくつかが対照群(一般成人サンプル)の結果と同様である一方で、慢性疾患患者に特有のその他の因子が含まれていた。関節炎の兆候は運動実施に際して障壁となっていたが、その兆候や症状の改善は運動に対する潜在的利点、そして動機付けになると考えられる。運動実施者は実際にこれらの利点を経験し、疾患に順応するために運動を適応している傾向が高かったのに対し、運動を実施していない者はこれらの効果を望んではいるが、関節炎の発症以来、運動を止めてしまっている者が多かった。運動に対する医療提供者の適切なアドバイスと、関節炎に対する特別プログラムの提供が必要であることがわかった。

まとめ：本研究結果から、関節炎患者に対して、コミュニティおよび医療提供者が運動の習慣化を促す際に参考になる示唆を得ることができる。

Wilcox S, et al : Perceived exercise barriers, enablers, and benefits among exercising and nonexercising adults with arthritis : results from a qualitative study. *Arthritis Rheum* 55 : 616-627, 2006

長期ケアプログラム新規参加者の転倒恐怖感

淵岡 聡

大阪府立大学総合リハビリテーション学部理学療法学講座

目的：これまで報告のない、高齢者の長期ケア利用開始時における転倒恐怖感を明らかにし、転倒予防自己効力感が低い高齢者における治療可能なリスクファクターを同定することを目的とする。

対象と方法：ニューヨーク北部の 3 つの長期ケアプログラム [LTC : ① 高齢者向け全般的ケア (PACE), ② 長期在宅ケアプログラム (LTHHC), ③ 施設ケア (SNF)] に新規に参加する 55 歳以上の 112 名を対象とした前向きコホート研究である。参加後 3 週間以内にトレーニングを受けた看護師が簡易抑うつ尺度 (GDS)、自己効力尺度 (FES) を実施し、転倒恐怖感に関する評価を実施した。FES の内的信頼度は Cronbach $\alpha=0.91$ 、再現性は $r=0.71$ であった。医学的状况に関する問診、運動機能テストなどを完遂した 108 人のデータを最終的な分析に使用した。FES 得点により 3 群に分類し、FES と転倒恐怖感の関連は対応のない t 検定、群間比較は χ^2 乗検定により実施した。

結果とまとめ：対象者の 98.2% は何らかの医学的変調があり、62.5% には 4 つ以上の症状があった。転倒恐怖感の有無と転倒歴に有意差はなかった。3 つの LTC 間で過去 1 年間に転倒歴がある者の比率に差はなかったが、60% 以上に 1 年以内の転倒歴があり、LTC 移行期は身体虚弱化の時期と重なり、この時期の転倒予防対策が重要であることが示唆された。転倒恐怖感のある者の行動修正は全群でみられ、群間差はなかったが、行動変容は身体機能の低下につながる可能性がある。腰痛、下肢関節炎を有する者は行動修正の率がより高い傾向にあった。高・中 FES 群で低 FES 群より股関節筋力が強く、低 FES 群は膝伸筋が他群より弱かった。下肢筋力増強は転倒予防のターゲットとなり、バランス不良は FES と関連がある。太極拳のようなバランス改善プログラムは転倒恐怖感を減らすことが報告されており、新規参加者にも有用と思われる。これらの運動機能に対するリハビリテーション的介入は LTC 新規参加者に重要である。

介護ケアの計画立案に際しては、抑うつ、下肢筋力低下、バランス不良、腰痛などの修正可能な因子の改善が目標とされるべきであろう。

Gillespie SM, et al : Fear of falling in new long-term care enrollees. *J Am Med Dir Assoc* 8 : 307-313, 2007

思春期から成人への移行期に関する研究：脳性まひ、二分脊椎、後天性脳障害をもつ青年と成人について

井手麻衣子

旭川児童院

背景と目的：脳性まひ、二分脊椎、幼年期からの後天性脳障害をもつ人々は、複合的な症状や身体的な制限をもち、幼年期には多くのヘルスケアサービスを受けることができる。しかし、大人になるにつれ、これらのサービスを受ける機会は減少していく。しかも、その生活と健康状態に関する情報はほとんどない。本研究では、いくつかの方法を組み合わせて情報を収集し、結果を分析している。この論文の目的は、脳性まひ、二分脊椎、後天性脳障害をもつ青年と成人の、健康と生活における包括的な全体像を提起することにある。特に重要なのは、ヘルスケアサービス(受給程度と内容)、生活スタイル(周辺地域の特徴、同居者の有無、自宅またはグループホームでの居住)、教育(学歴)、就労(就職率、求職率、給与)、健康状態の程度などについて、190人の青年(13歳～17歳9か月)と100人の成人(23歳～32歳9か月)を対象に行った調査である。

結果：注目すべき結果として次の3点が挙げられる。①生活スタイル：青年の95%と成人の61%は両親や兄弟と同居している。また、二分脊椎、後天性脳障害をもつ成人の多くが家族と同居、または独居しているのに対し、脳性まひをもつ人のみ、グループホームで暮らしている人がある。②就労：青年の23%と成人の55%は働いている。成人のうち、就労率、求職率が最も低いのは脳性まひをもつ人である。さらに成人に比べ、青年は無回答が75%と多く、このことは、「就労」について自分で不適格だと考えている、もしくは非常に敏感になっていることが示唆される。③健康状態：青年の60%と成人の42%は健康状態を「優」もしくは「良」と報告しており、最も低い健康スコアを示したのは二分脊椎をもつ成人であった。

本研究により、脳性まひ、二分脊椎、後天性脳障害をもつ青年や成人の生活と健康状態の詳細を明らかにすることができた。今後、この調査が一般化され、他の対象者にも実施されることが望まれる。さらに、今回対象とした方々の将来の生活や健康状態に焦点を当て、変化を追っていくことも重要だと考えられた。

Young NL : The transition study : a look at youth and adults with cerebral palsy, spina bifida, and acquired brain injury. Phys Occup Ther Pediatr 26 : 25-45, 2006

脳性まひ児の Management のための根拠に基づいた理学療法の確立を目指して

今川忠男

旭川児童院

この論説は執筆時に英国 London の Bobath Centre の所長をしていた Margaret Mayston が述べた「われわれ Bobath concept・approach の反省点・無視していた点・学ばなければならない点」という内容を含んだもので、この団体がいまだかつて表明したことのない文章である。

ここでは、脳性まひ児に対する取り組みについては、Treatment という用語は不適切で Management を用いるべきであるという欧米の脳性まひ関係の学術団体が提唱する方針に従っているのも注目すべき点である。つまり、この障害は治癒することではなく、そこでその日常生活の過ごし方を処遇するという意味の Management という観点が重視されている。

主要な反省点を列挙してみると次のようになる。理学療法の頻度・期間を提示していないこと、他のいわゆる「訓練」法と比較して優位性が認められないこと、その概念が科学的基盤に欠け、効果を証明していないという批判が妥当であること、効果を支持するエビデンスが欠如していること、類型別、障害程度別ではエビデンスを支持する他の治療法が出現していること(たとえば、錘などを利用した「筋力強化」、「constraint-induced movement therapy」、「課題特定学習」などがあり、従来われわれが無視してきたものである)、Schenker らが行った ICF モデルによる学校生活での「活動」や日常生活への「参加」を強調した「家族中心療育サービス」における効果の証明に関する概念が欠けていたこと、環境因子を配慮したダイナミック・システムズ理論も考慮しなければならないこと、などが挙げられている。

このように、“ICF モデル、ダイナミック・システムズ理論を学ぶことで、「活動」「参加」「環境因子」に働きかけていくと、「機能障害」(impairment)の改善がみられ、より効果的であることもわれわれにとっては未知の事実であった。そして、今後は小児理学療法を学ぶ療法士が卒業教育課程で高い資格を取得し、より現実的なエビデンスを基盤とした理学療法確立に携わることが重要となってくる”と述べている。

Mayston M : Evidence-based physical therapy for the management of children with cerebral palsy. Dev Med Child Neurol 47 : 795-795, 2005