

特集 ■ 内科疾患の運動療法 課題と展望

運動療法が内科疾患の予後や経過を左右する治療手段となることは、多くのエビデンスがあるにもかかわらず周知されておらず、日本における普及もまだ途上の感がある。今回は、内科疾患に対する運動療法の効果のエビデンス、普及や実施の面での展望、実務者養成など、多方面から解説していただいた。

内科疾患の運動療法とリハビリテーション—国内外の動向（上月正博氏，521 頁）—

内科疾患の運動療法やリハビリテーション（以下、リハ）では、原疾患の予防・治療・再発防止、生命予後・生活の質の改善と寿命の延長が期待され、「攻めの医療」としての役割を担っている。単に在宅生活における ADL の自立や QOL の改善がその目的ではない。心臓リハでは、近年の診療報酬改定での心臓リハ料の適応疾患の拡大や施設基準の緩和などがあり、全体的には回復期や予防領域にシフトしている。また、心臓リハ学会認定指導士制度や日本糖尿病療養指導士制度など各領域の認定制度も整備され、コメディカルに参加者も年々増え、活動も活発になってきている。高血圧、呼吸器疾患、腎臓疾患各領域の治療ガイドラインでも運動療法の重要性がますます注目されている。

心臓・末梢血管疾患（牧田 茂氏，528 頁）

心臓リハの予後改善効果についてはすでにメタ分析で実証され、近年、それ以外の多面的効果や分子生物学的機序が明らかにされつつある。閉塞性動脈硬化症（ASO）の評価・治療ガイドライン改訂版 TASK II では、多様なアプローチの一つとして運動療法が示されている。国内での心臓リハの普及はまだ途上であるが、その背景として、施設基準の厳しさ、採算性の問題などが指摘されている。一方、心臓リハ指導士認定制度が 2000 年に発足し、現在 2,000 名を越えている。

糖尿病（佐藤祐造氏ら，535 頁）

2 型糖尿病の予防とインスリン抵抗性の改善に関する運動療法の有用性は確立している。規則的な身体活動の実施は、血中脂質、血圧、心臓血管障害の発症、総死亡率や生活の質にもよい影響をもたらすことが確定的な事実となっている。しかし、規則的な生活習慣改善の獲得は困難な課題であり、達成率の高い指導を行うための指導者養成やチーム医療体制の確立も重要である。

高血圧症、動脈硬化（丸藤祐子氏ら，541 頁）

高血圧や動脈硬化の要因には交感神経活動の亢進、レニン-アンジオテンシン系の活性増加、血管内皮機能の低下、血管平滑筋異常などの要因が複合的に関連している。有酸素運動の習慣的継続は、動脈血管の NO 合成酵素の発現の増大を伴う内皮機能の改善を誘発し、また自律神経の活動を副交感神経活動優位に変化させる。レジスタンス運動は動脈スティフネスを増加させる可能性がある。さらに、低強度の運動やストレッチが動脈スティフネスに関連するとの研究も始まっている。

呼吸器疾患（千住秀明氏，549 頁）

COPD は 2020 年には世界の死亡原因の第 3 位に上昇すると推定されている。COPD のリハビリテーションのエビデンスレベルは高く、その中核は運動療法である。わが国で呼吸リハが普及していない要因には、理学療法士の過去の教育内容、呼吸器専門医におけるリハビリテーションの理解の不足、診療報酬上の問題があった。現在、3 学会合同呼吸療法認定士は 24,180 名となった。呼吸器専門医と呼吸リハ実施施設が少ないわが国では、地域医療連携システムの構築が望まれる。

ニュース

ノーマライゼーション条例、障害者差別禁止など規定—さいたま市… 558 障害者相談窓口一つに一松江市が 7 月開設… 591 障害者向け自立支援機器 開発成果を公開（厚労省）… 591 「ノーマライゼーション・障害者の福祉」2011 年 4 月号特集目次… 591 Vt. NPO と省庁が連絡会議—効果的な被災者支援へ連携… 603 東日本大震災、17 人が死亡・行方不明—宮城県内の障害者事業所— JDF 独自調査… 612

お知らせ

東京臨床理学療法研究会第 12 回研究会… 527 日本保健医療福祉連携教育学会… 540 120 分早分り FIM 講習会… 589 第 34 回日本リハビリテーション工学協会—車いす SIG 講習会 in 神戸… 589 脳卒中リハビリテーション講演会… 594 第 16 回日本緩和医療学会学術大会各職種主催交流集会 第 3 回がんのリハビリテーション研究会… 594 2011 年度発達が気になる子の育ちを考える夏季セミナー… 597 第 12 回関節ファシリテーション（SJF）学術集会北九州大会… 597