【表題】当院の高齢透析患者の健康度調査

昇陽会　阿佐谷すずき診療所
〇松岡順子（マツオカジュンコ）　島内千登里　譲原まゆみ　前田弘美　和田あゆみ

【目的】
透析患者の高齢化は著しく、当院でも高齢透析患者が増加している。加齢によって運動機能低下が予測された。患者の生活背景や運動機能を調査し、現況を明らかにする。

【方法】
当院に通院している 65 歳以上の透析患者を対象に患者・家族へ対して生活背景、1週間の行動や外出の頻度・定期的な運動状況の聞き取り調査を実施した。また、フレイルの簡易診断「イレブン・チェック」、手段的日常生活動作(IADL)の尺度を評価した。握力測定を実施し、評価した。採血データ、使用薬剤の内容確認を行った。

【患者データベース】
対象者 69 名、平均年齢 76.8 歳、男性 47 名、平均 77.3 歳、女性 22 名、平均 75.3 歳。
透析歴は 10 年未満が 60%、原疾患は、糖尿病性腎症が半数弱。
ADL 状況は、独歩 47 名、杖歩行 13 名、歩行器 3 名、車椅子 6 名。自力で通院されている患者が半数以上いた。
透析時間、透析スケジュールは、週 3 回 4hr.の方がほとんどを占めた。
同居人数は、独居が 16%、2 人暮らしが半数。同居者は、半数弱が配偶者だった。
住居形態は一戸建てが 68%、主な生活場所は 1F が 64%だった。
睡眠状況は、77%が良好な状況だった。

【結果】
IADL は、7 点と 8 点が 52%と半数を占めており、自立している患者が多かった。
運動の頻度は、運動の機会がある患者が 64%いた。中でも毎日運動している患者は 42%いた。運動内容は、通院やウォーキング、ストレッチ等を自主的に行っていた。また、デイサービスや訪問リハビリでも運動をしており、積極的に運動をしている患者もいたが、受け身になっている患者もいた。
外出の頻度は、外出の機会がある患者が 88%いた。中でも毎日外出する患者は、35%いた。外出目的として、買い物が1番多く、外食や友人・家族との時間を目的としているものが多かった。デイサービスは外出の機会の 1 つとなっていた。外出の目的は様々であり、各個人のライフスタイルにかなり違いがあった。外出場所は、徒歩や自転車で行ける近距離が多かったが、長距離移動している患者もいた。
フレイルの認知度は低く、90%の患者は知らなかった。

フレイル判定度
イレブン・チェックの結果より、当院として独自に 3 段階の分類とした。
食習慣とその他の 2 項目とも当てはまる患者を青色判定
1 項目のみ当てはまる患者を黄色判定
どちらの項目も当てはまらない患者を赤色判定
結果、青色判定 13 名、黄色判定 33 名、赤色判定 23 名だった。
ピアソンの積率相関係数を求めた。結果は、フレイルと運動頻度・BUN、握力測定値と Cr・GNRI が高く、かなり相関があった。他の項目でもやや相関がある結果となった。

【考察】
当院は最寄り駅から 1.2km の距離があり、週 2～3 回の透析の通院が運動の機会となっていた。予測よりも運動頻度が高く、運動機能が維持されていた。
相関係数の結果、フレイル判定度と運動頻度・BUN、握力測定値と Cr・GNRI の相関がかなりあった。他項目でも相関がややあり、様々な要因が関連していると考えられる。今後は更に多角的に評価し、アプローチしていく必要があると考える。
日本腎臓リハビリテーション学会の腎臓リハビリテーションガイドラインより、透析患者における運動療法は、運動耐容能、歩行機能、身体的 QOL の改善効果が示唆されている。運動療法は良好な予後において重要な要因のひとつと考えられている。

【結論】
フレイル判定度と運動頻度・BUN、握力測定値と Cr・GNRI　はかなり相関があった。
加齢だけでなく、様々な要因により運動機能の低下が起こる。
今回初めて高齢透析患者の現況把握のため、取り組みやすいフレイル簡易診断を使用したが、今後 CHS 基準等にて詳細な評価をし、適宜データベースを更新しきたい。また、毎年握力測定を実施・評価しきたい。運動療法の重要性を改めて実感できた。今後運動療法に取り組み、高齢透析患者の対応に活かしていきたい。