

高齢者の虚弱と要介護発生及びその経過

高齢化が進むわが国において、高齢者の自立と生活の質の向上は重要な課題である。高齢期の転倒、入院、施設入所、障害、死亡などの **adverse health outcome** のリスク要因として「虚弱(frailty)」という概念がある。虚弱とは、高齢期に様々な要因が積み重なって生理的予備能が低下し、ストレスに対して恒常性を維持できなくなるような脆弱な病態、と理解されている。虚弱と類似した病態として「サルコペニア(加齢に伴う筋肉量の減少)」があるが、サルコペニアが主として骨格筋量の減少に伴う運動機能の低下に着目した概念であるのに対し、虚弱は多臓器にわたる障害、精神面や認知面も含めた多面的な概念である。従って、サルコペニアと虚弱の概念は重複するが、虚弱の方がより広範な概念であり、包括的な高齢者医療にとって重要な視点である。

しかし虚弱に明確な定義はなく、欧米ではこれまで様々な診断基準が提案されている。その流れを大きく2つに分類すると、1)虚弱の表現型(phenotype)として5つの構成要素を示し、それぞれを代替指標により測定、2)高齢者総合的機能評価の考えに基づき、複数のドメインを評価したリスクスコア、が提案されている。一方、わが国で虚弱指標の開発はこれまで行われておらず、類似の指標として、要介護状態になるリスクの高い高齢者を発見する目的で作られた「介護予防チェックリスト」が **adverse health outcome** を予測することが報告されているのみである。またわが国では要介護状態になる原因として脳血管疾患が多いことから、循環器疾患のリスクスコアの開発は行われてきているのに対し、サルコペニアのような筋骨格系の原因により要介護状態となる高齢者の指標については十分に検討されていない。

虚弱は様々な要因が複雑に関連した多面的な病態であること、また欧米とわが国では虚弱高齢者の特徴が異なる可能性を考慮し、わが国の高齢者に適した虚弱指標の開発が必要と考える。本抄読会ではこの虚弱とサルコペニアの概念について整理し、海外と日本で現在提案されているスクリーニング方法について紹介する。最後に日本の高齢者の虚弱と要介護発生、その経過の予測に関する課題について述べる。

参考文献

- ・ Clegg A, Young J, Iliffe S, et al. Frailty in elderly people. *Lancet* 2013;381:752-762.
- ・ Fried LP, Tangen CM, Walston J, et al. Frailty in older adults: evidence for a phenotype. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2001;56:M146-56.
- ・ 吉田裕人, 西真理子, 渡辺直紀, 他. FI-J(Frailty Index for Japanese elderly)を用いた「虚弱」の予知因子に関する研究. *日本老年医学会雑誌* 2012;49:442-448.
- ・ 新開省二, 渡辺直紀, 吉田裕人, 他. 『介護予防チェックリスト』の虚弱指標としての妥当性の検証. *日本公衆衛生雑誌* 2013;60:262-274.