

特別講演 2

「フレイル認知症」

横浜総合病院 臨床研究センター長

横浜市認知症疾患医療センター長

長田 乾 先生

「フレイル」は、高齢者における予備力の低下という意味で、そのまま放置すれば認知症や寝たきりに陥る可能性が高い反面、適切な治療・介入・支援により元気な状態に復することが可能な状態と定義され、予防介入の重要性が指摘されています。多くの臨床研究から、歩行速度の低下や握力の低下などの身体機能の低下（フレイル）が見られると認知症の発症リスクが高くなることが明らかにされています。物忘れ外来を受診した高齢者を対象に行った臨床研究では、HDS-R や MMSE に反映される全般的認知機能は、BMI や血清アルブミン値と正の相関を示し、歩行速度とは負の相関を示したことから、身体機能の低下は認知症の危険因子と見做されます。フレイルの状態に、家族や医療者が早く気付いて適切に対応することができれば、健常に近い状態へ回復させ、さらには要介護状態に至るリスクを減らすことができます。フレイルの悪循環を断ち切るためには、栄養状態の改善と運動が最も有効な方法と考えられています。