

『男女差に着目した 機能訓練の結果について』

株式会社 まつもと薬局
機能訓練特化型デイサービス NeoReha
理学療法士 河江将司

はじめに

- 当施設では、利用者にも目標を持って運動に取り組んでいただきたことと状態把握のため、運動機能測定を3ヶ月毎に実施している

⇒男女での運動機能改善の比較を行い、今後の機能訓練プログラムを考える上での一助となるよう検証した

対象

- 当施設利用中の要支援者もしくは要介護認定者111名

内訳

男性49名,年齢78.0±9.9歳, 要支援1・2 27名, 要介護1・2 22名
女性62名,年齢76.4±7.8歳, 要支援1・2 39名, 要介護1・2 23名

対象の選択基準と除外基準

- 選択基準は、
 - 1) 独力で連続50m以上歩行可能(杖などの歩行補助具の使用は許容)な者
 - 2) 指示理解に問題がなく研究の同意が得られる者
 - 3) 運動機能に強く影響を与える高次脳機能障害を有さない者
- 除外基準は、
 - 1) 運動機能測定の数値に影響を及ぼす程度の疼痛がある者
 - 2) 運動機能測定により疼痛の増強等が予想される者
 - 3) 現病歴・既往に心疾患や呼吸器疾患を有し、かかりつけ医より歩行速度の測定で予想される4Mets程度以上の運動負荷が禁止されている者

計測方法

- 対象者の当施設利用開始時と、その3ヵ月後の2回、運動機能測定を実施
- 運動機能測定項目
 - 1) 握力
 - 2) 開眼片足立ち
 - 3) TUG
 - 4) 5m歩行(最大速度)
 - 5) 6分間歩行

サービス提供内容

- マシントレーニング(PreXerシリーズ;酒井医療)
- 集団体操(プレミアムジム;酒井医療)
- 個別での歩行訓練 等

※体調不良時を除いて来所時に毎回実施

結果

男性	初回	3ヶ月後
右握力(kg)	22.53 ± 9.32	24.13 ± 8.72
左握力(kg)	25.04 ± 9.56	24.36 ± 8.91
右片足立ち(秒)	5.43 ± 7.06	6.92 ± 7.76
左片足立ち(秒)	6.64 ± 8.83	6.80 ± 8.41
TUG(秒)	14.77 ± 7.34	13.40 ± 6.06
5m歩行(秒)	5.92 ± 3.15	5.10 ± 1.96
6分間歩行距離(m)	273.55 ± 114.47	298.82 ± 115.96

女性	初回	3ヶ月後
右 握力(kg)	17.55 ± 4.81	18.01 ± 4.90
左 握力(kg)	17.22 ± 4.52	17.56 ± 4.66
右 片足立ち(秒)	8.49 ± 9.38	9.36 ± 8.70
左 片足立ち(秒)	6.92 ± 7.28	9.44 ± 8.96
TUG(秒)	12.32 ± 5.39	11.07 ± 4.78
5m歩行(秒)	5.31 ± 2.39	4.96 ± 2.12
6分間歩行距離(m)	276.34 ± 130.33	310.61 ± 119.88

考察

- 3ヵ月の当施設の利用で,女性では特に歩行に関する項目において改善が認められた.
- マシントレーニングによる全身運動や,プレミアムジムを使用した立位レベルでの下肢支持,バランス能力へのアプローチが改善につながったと考えられる.
- 内容は非統一であるが,利用者の個別性を考慮した訓練も実施していることが,今回の結果に繋がっているのではないかと考える

今後に向けて

- 機能訓練プログラムやアプローチ方法に関しても男女差を考慮したものを提供し効果を検証したいと考える
- 特に男性の対象者に対しての当施設サービスによる介入だけではなく、その他の介護保険サービスや家族、地域社会の関わり等、対象者を取り巻くサービスや環境全体を考慮したアプローチも実施していく必要があると考える