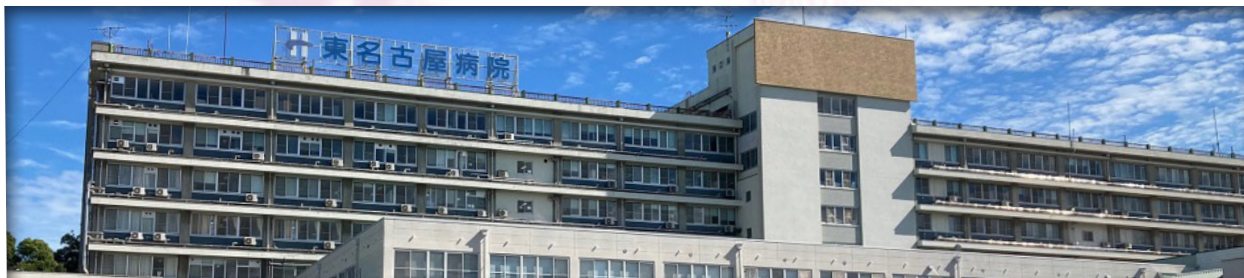




# 「転倒」が原因で 年間約1万2千人が死亡 要介護者も健康な高齢者にも 必要な「転倒予防」を啓発中 なでしこ力

Power of Nadeshiko

転んで亡くなる人は、国内の交通事故死者数の4倍弱の約1万2千人。転倒し急性硬膜下血腫で数日で亡くなる人、骨折し寝たきりになる人も少なくない。東名古屋病院の饗場院長は、日本転倒予防学会の理事としても活躍中で、10月には同学会の第13回学術集會も開催する。各所で転倒予防の大切さを講演、病院HP・YouTubeで動画などを発信、啓発活動を精力的に続けている。



東名古屋病院外観 入院患者は約270人

1997年、独立行政法人東名古屋病院脳神経内科に着任した饗場郁子医師。部長職などを経て、2024年に同病院の院長に就任した。同病院に約30年勤務、2014年に発足した日本転倒予防学会会長の理事も務める。

## 要介護者の転倒予防の研究を始める

東名古屋病院では現在、入院患者が約270人。そのほとんどが50歳以上で、脳神経内科の患者が3～4割を占める。パーキンソン病や進行性核上性麻痺などの患者がいるが、入院中に転ぶ人が着任当初から予想以上に多かった。健康な高齢者の転倒予防に関する研究や対処方法はある程度研究されていたが、患者や要介護者の転倒については研究結果が乏しかった。

饗場院長は平成21年(2009年)度、国立病院機構の共同研究で「医療介護を要する在宅患者の転倒に関する多施設共同前向き研究」の研究代表者となり、全国の要介護者について調査。全国1445人の介護保険利用中の在宅患者の中で、全体の58.3%が転倒、重篤なケガ(骨折、入院、死亡)が6.6%と高い数値が出た。

## 要介護者でも転倒事故は減らせる

「要介護者がどんな状況下でなぜ転んだか」

の調査では要介護者の転倒の原因には、身体要因(運動要因・感覚障害・認知障害など)、行動要因(何をしようとして転んだのか)、これに段差などの環境要因がからんことが明らかになった。

転倒した患者それぞれに要因と対策が違い、例えば要介護者が自宅で過ごす際は、「患者はここにマヒがあるから、ここに手すりを付ける」「家の中の物を置く高さを患者が安全に取れるよう合わせる」「扉の開け方を安全に開けられるよう指導する」など個別に対策が異なる。また「転倒は病気の症状だから」と患者や家族があきらめてしまい、自宅での生活環境の見直しなどを積極的に行っていないことも分かってきた。

研究を進めて要介護者の転倒事故を減らすノウハウが明らかになってきたが、健康な高齢者の転倒予防対策も含めてまだ道半ばである。饗場医師は「転倒予防に関する研究が私のライフワークになりました」と語った。

## 健康な高齢者も転倒が病気の引き金に

研究を続けるうち、健康な人も高齢になると転倒しやすくなり、転倒予防が必要なことも明