

【目的】

当院では精神科入院患者の転倒予防を進めるにあたり、転倒リスクを身体面から捉える為、昨年から体力測定を実施している。昨年の結果では、50歳代の精神科入院患者の体力は健常高齢者の80歳代程度の体力まで低下していたと報告した。今回は、精神科入院患者の体力が期間をあける事でどの様に変化するのか検証する為、再度体力測定を実施。昨年との結果を比較して、訓練内容を検討する。

【方法】

2015年6月中に精神科病棟に入院中の女性患者10名。歩行が自立し、平均年齢66歳、平均在院日数2116.4日。体力測定に同意を得、同意書に署名を得た。体力測定の内容は握力、長座位体前屈、片脚立位時間、10m最大歩行速度、Functional Reach Test（以下FRT）、Timed up and Go Test(以下TUG)、30秒椅子立ち上がりテスト（以下CS-30）6分間歩行テスト(以下6MWT)を実施。昨年の体力測定結果（以下2014年群）と今年の体力測定結果（以下2015年群）を比較した。また、2014年1月～2014年9月、2014年10月～2015年6月の転倒回数を抽出した。

【結果】

2014年群の平均値①握力:12.6kg②長座位体前屈:30.3cm③片脚立位時間:17.5秒④FRT:19.1cm⑤10m最大歩行速度:8.9秒⑥TUG:9.4秒⑦CS-30:9.7回⑧6MWT:250.0m。2015年群の平均値①握力:13.1kg②長座位体前屈:30.6cm③片脚立位時間:13.3秒④FRT:20.8cm⑤10m最大歩行速度:9.2秒⑥TUG:9.5秒⑦CS-30:11.1回⑧6MWT:272.0m。2014年群に比べて2015年群では、10m最大歩行速度、TUG、片脚立位時間に更なる低下が見られた。特に片脚立位時間は、約10ヶ月で、24%低下している。転倒回数は、1回から6回へ増大した。

【結論】

加齢による身体機能低下は多々あるが、特に平衡機能の低下は著しいとされており、文部科学省は片脚立位時間において、60歳代後半と70歳代前半への減少率は11.4%であったと報告している。また、高齢者が日中の活動量低下により平衡機能低下をきたすとの報告があり、加齢や活動量の低下は当院精神科入院患者でも、転倒リスクの増大が懸念される。今回の結果から、2014年群と2015年群において、片脚立位時間は24%低下。転倒回数は1回から6回の増大が見られ、片脚立位時間の低下が当院精神科患者の転倒増大の要因となっているのではないかと考える。その為、訓練は筋力増強訓練や関節可動域訓練だけでなく立位における平衡機能訓練に重点をおいて進めていく必要があるのではないかと考える。具体的には、起立訓練や片脚立位訓練を精神科作業療法と協力して、集団的に転倒予防の対策に取り入れていきたい。