

サルコペニア

# サルコペニアの概念・現状と将来展望

大阪大学大学院医学系研究科老年・総合内科学

杉本 研, 楽木 宏実

## KEY WORDS

- サルコペニア
- 筋量
- 握力
- 歩行速度
- 糖尿病

The concept, current situation, and future perspective of sarcopenia.

Ken Sugimoto (講師)  
Hiromi Rakugi (教授)

## はじめに

わが国は世界に先駆けて超高齢社会を迎えており、以前には重要視されていなかった高齢者の機能障害に目を向けることが、要介護状態への移行を予防し健康長寿を達成するために重要であるとの認識が高まっている。高齢者の機能障害の程度を客観的に同定するために登場したのがサルコペニアやフレイルといった概念であり、老年医学における中心的な課題として注目されている。サルコペニアは筋肉に特化した概念であるため、臨床のみならず基礎的なアプローチがしやすいことから、多方面で検討・研究されている。本稿では、サルコペニアの概念・診断基準、現状と将来展望について、最新の知見を交えて紹介する。

## I. サルコペニアの概念と診断基準

サルコペニアは、1980年代に Rosenberg<sup>1)</sup>らにより提唱された、筋肉(Sarx)と減少(penia)を組み合わせた造語であり、当時は加齢により筋量が減少する病態とされていたが、その後の研究により筋量低下のみならず筋力や身体機能の低下といった機能的な側面を含めた概念として捉えるべきとされ、2010年に発表された欧州サルコペニアワーキンググループ(European Working Group on Sarcopenia in Older People; EWGSOP)<sup>2)</sup>のコンセンサスでは、「筋量と筋力の進行性かつ全身性の減少に特徴づけられる症候群で、身体機能障害、QOL低下、死のリスクを伴うもの」と定義されている。

EWGSOPにおいては、低筋量をベースに低筋力または低身体機能のいずれかを満たすとサルコペニア、低筋