フレイル

フレイルの概念・現状（疫学・診断法）と展望

国立長寿医療研究センターフレイル予防医学研究室 佐竹 昭介

KEY WORDS
●表現型モデル
●障害蓄積モデル
●日本版CHS基準
●老年症候群

Concept, prevalence and perspective of frailty.

Shosuke Satake（室長）

はじめに

2014年５月，日本老年医学会は，従来，「虚弱」や「老衰」と表現してきた「弱々しい」高齢者を，英語で「か弱さ」を表す「frailty」をもとに「フレイル」と表現することを提唱した。これは，「虚弱」や「老衰」という用語に含まれる不可逆的なニュアンスから，より積極的な健康管理により自立状態を維持・改善する意識改革を意図したものであった。

フレイルは，健康状態と障害状態の中間に位置づけられ，屋内生活はおおむね自立しているものの，小さなストレスから健康障害をきたしやすい状態を示すとされている。これは，やがて訪れる自立障害や生命の終焉を視野に入れたうえで，自立機能維持の機会を逃さないようにする警鐘を鳴らす概念でもある。このような視点が存在しないと，健康と障害という二極化した捉え方となり，老化の過程における自立機能の維持・改善の可能性を見いだすチャンスを切り捨ててしまう危険性がある。

フレイルは，まだ具体的な診断法や評価方法が統一されておらず，未熟な概念であるといわざるを得ない。しかし，待ったなしで押し寄せた超高齢社会に生きる高齢者の自立機能を維持するためには，必要不可欠な概念である。

Ⅰ．フレイルの概念

われわれの体は，さまざまな生理システムに支えられ，生命体として独立した世界を確立している。免疫機構により細菌の侵入を防ぎ，呼吸器・消化器系臓器により酸素や栄養素を取り入れ，循環器システムにより個体全体にエネルギー源を運搬し，代謝機構によりエネルギーを取り出し，不要物を排泄系臓器から排泄している。これらの一連のシステムは，恒常性維持機構により内的環境の変動を最小限にするよ

SAMPLE
Copyright(c) Medical Review Co.,Ltd.