

6 呼吸リハビリテーションとアンチエイジング

Pulmonary rehabilitation and anti-aging

玉木 彰

Akira Tamaki

兵庫医療大学大学院医療科学研究科リハビリテーション科学領域

Key Words

- 呼吸リハビリテーション
- 呼吸法
- フレイル
- サルコペニア
- 身体活動

Summary

Pulmonary rehabilitation is a non-pharmacologic treatment program and is very effective for patients with respiratory failure conditions such as a chronic obstructive pulmonary disease (COPD).

Pulmonary rehabilitation involves exercise training and breathing techniques, such as pursed-lip breathing and diaphragmatic breathing.

Frailty and sarcopenia in COPD have recently attracted attention, and these parameters are becoming increasingly important. Apart from treating frailty and sarcopenia, pulmonary rehabilitation is important for increasing physical activity; this is because decreases in physical activity affect increases in mortality of patients with COPD.



玉木 彰

兵庫医療大学大学院医療科学研究科リハビリテーション科学領域教授

京大大学院理学療法学科卒業、星ヶ丘厚生年金病院、大阪府立大学助手、京都大学大学院医学研究科准教授を経て、2011年より兵庫医療大学大学院医療科学研究科教授（その間、2015年からは研究科長）。

専門：呼吸リハビリテーション（急性呼吸不全および慢性呼吸不全）、運動生理学、介護予防など

✉ a-tamaki@huhs.ac.jp

はじめに

呼吸リハビリテーションという用語は、現在の医療においてある程度は認知されていると思われる。しかし、実際にどのようなことを行っているのか、またどのような効果があるのか、などについては、臨床においてその業務に携わっているチーム以外の医療者にはあまり知られていないのが現状である。

そこで本稿では、呼吸リハビリテーションの歴史の変遷を概観するとともに、主に慢性閉塞性肺疾患（chronic

obstructive pulmonary disease : COPD) を中心とした呼吸リハビリテーションの内容、そしてCOPDに対する呼吸リハビリテーションの最新の知見などから、呼吸リハビリテーションとアンチエイジングについて考えてみたい。

呼吸リハビリテーションの歴史の変遷

わが国における呼吸リハビリテーションの始まりは1950年代後半とされ、1957年には『肺機能訓練療法』（結