

# 日本サルコペニア・フレイル指導士活動報告書

職種	<input type="checkbox"/> 医師・歯科医師、 <input type="checkbox"/> 看護師、 <input type="checkbox"/> 薬剤師、 <input type="checkbox"/> 保健師、 <input checked="" type="checkbox"/> 理学療法士、 <input type="checkbox"/> 作業療法士、 <input type="checkbox"/> 言語聴覚士、 <input type="checkbox"/> 管理栄養士、 <input type="checkbox"/> 臨床検査技師、 <input type="checkbox"/> 社会福祉士、 <input type="checkbox"/> 介護福祉士、 <input type="checkbox"/> 精神保健福祉士、 <input type="checkbox"/> 歯科衛生士、 <input type="checkbox"/> 歯科技工士、 <input type="checkbox"/> 臨床工学技士、 <input type="checkbox"/> 放射線技師、 <input type="checkbox"/> 介護支援専門員、 <input type="checkbox"/> 臨床心理士、 <input type="checkbox"/> 健康運動指導士、 <input type="checkbox"/> その他( )
内容	<input type="checkbox"/> サルコペニア <input checked="" type="checkbox"/> フレイル <input type="checkbox"/> ロコモ <input type="checkbox"/> その他( )

症例

心身機能の包括的評価および臨床経過: (要約500文字以内)

年齢: 70 歳代

性別: 女性

病歴等: 左変形性股関節症 (20××年)、変形性脊椎炎 (20△△年)、高血圧症、耐糖能異常

診療期間: 20〇〇年△月×日～△月×日

本症例は変形性疾患を有する 70 歳代の女性である。マンションの 2 階で独居生活をしており、外出時には杖を使って歩くが、セルフケアや生活関連動作は自立していた。身長〇cm、体重×kg、BMI19.0 kg/m<sup>2</sup>、下腿周囲長 (右/左、cm) 24.0/23.5、SARC-F は 5 点。関節可動域 (右/左、°) は股関節屈曲 100/50、下肢長 (SMD) (右/左、cm) は 76.0/75.0。身体機能は、SPPB 4 点 (立ち上がり 1 点、バランス 1 点、歩行 2 点)、歩行速度 0.58m/秒、握力 (右/左、kg) 15.5/13.5 で、J-CHS 基準では 4 項目 (筋力、歩行速度、活動の低下、及び疲労感) に該当した。2 ステップ値は 0.9 で、ロコモ度 2 に該当した。認知機能は MMSE 28 点であったが、意欲の低下を訴えた。理学療法では、関節可動域練習とゴムバンドを利用した筋力向上練習を行い、自宅で行える運動メニューを提示し実施を促した。食思不振があったため、主治医と相談し、管理栄養士による継続的な栄養相談を行った。ONS の投与が行われ、半年間で 1.5kg 体重が増加した。これまでに転倒や緊急入院はなく経過している。

本症例に関する考察: (心身機能の包括的評価や評価を中心に記載して下さい。150文字以内)

変形性股関節症による移動機能低下があり、独居生活や意欲低下を伴うフレイル状態と考えられた。サルコペニアの可能性があり (AWGS2019)、主治医を通じ栄養評価・介入について栄養士と連携した。多職種スタッフの関わりで、社会的交流が増え、運動訓練を日誌につけて前向きに生活する様子が窺えるようになった。

□研修会等の活動(講師)

対象: \_\_\_\_\_

実施日: \_\_\_\_\_

実施場所: \_\_\_\_\_

目的: \_\_\_\_\_

講義内容(要約500文字以内)

活動を通じて予想される効果(研修会に関する考察、150文字以内)

<症例報告書の注意点>

- 1) 症例の選択が適切であること(サルコペニア、フレイル、ロコモの症例が基本。プレフレイルも可。)
- 2) 診断根拠を記載し、何の基準を用いた診断や判断かを示すこと(フレイル評価として、J-CHS を用いたか、基本チェックリストをもちいたか、など)
- 3) 診断に基づいた指導内容の記載すること(指導内容は簡潔かつ具体的に記載)
- 4) 用語の概念に注意すること(例:サルコペニアは症候群としての捉え方から疾患として捉えられるようになっている)
- 5) 用語のスペルミス、数字のミスがないように注意すること
- 6) 介入による経過を簡潔に記載すること