

## 入院中 1 日 900 歩未満で日常生活動作が低下

最近の研究から、フレイル（虚弱）または内科病棟に入院中の高齢者には 1 日 900 歩の歩行が規範的であることが示されている。しかし、それらの過去の研究は大規模集団を対象としていたが、データを機能的転帰と結びつけていなかった。本研究では、1 日の歩数と機能低下との関連を検討した。

新たに計画された入院患者身体活動促進プログラム（Walk FOR）導入前である 2015 年 10～12 月に北イスラエルの大学病院 2 つの内科病棟に入院していた 65 歳以上の患者 177 例を対象に前向きコホート研究を実施した。最長 3 日間、足首に加速度計を装着して 1 日の歩数を計測した。認知機能、日常生活動作（以下、ADL）および身体活動量を測定した。入院関連機能低下を基本的 ADL 自立度が退院時 5 点以上低下と定義し、主要評価項目とした。その結果、1 日の歩数が 900 歩未満であった人は 41.8%、900 歩以上であったのは 58.2%であった。入院関連機能低下は 900 歩未満群では 55.4%に認められたのに対し、900 歩以上ではわずか 18.4%であった。1 日の歩数 900 歩以下は入院関連機能低下と有意な関連がみられた（オッズ比 4.7）。

したがって、高齢入院患者においては 1 日の歩数 900 歩未満が ADL 低下と強く関連することが示された。今回の研究は、単一施設で比較的高い機能を維持している高齢者を対象としている点で限界がある。今後、多様な高齢者集団で検証されるべきである。

出典：Journal of American Medical Association. Published online Dec. 5, 2016;

doi: 10.1001/jamainternmed.2016.7266