

## 福山大学薬学部の研究チームによる学会発表がマスメディアで紹介されました

日本薬学会第139年会(日時:2019年3月20日~23日、場所:千葉幕張メッセ)において、「地域薬局における潜在的ロコモリスク者の握力測定によるスクリーニング方法に関する検討」と題した研究成果を発表しました。この研究成果が、「薬事日社」の新聞記事として紹介されました。薬事日報社から掲載許可を得ましたので、新聞記事を下記に掲載しました。

要介護となる要因の一つとして、骨粗鬆症やサルコペニア(筋肉量の低下)などによる運動器症候群、いわゆるロコモティブシンドローム(ロコモ)が挙げられます。地域薬局がロコモリスク者の早期発見をおこない、運動習慣や食生活改善等のアドバイスによりロコモ予防を行なうことは、要介護となるリスクを減少させる上において大きな意義があります。

### 薬事日報

2019(平成31)年4月5日 金曜日

# ロコモリスク、握力で評価

## 26kg以下の女性は要注意

### 福山大薬学部の研究グループ

握力を測定するだけでロコモティブシンドロームのリスクを簡単に評価できることが、福山大学薬学部衛生薬学研究室を中心とする研究グループの解析によって明らかになった。健康チェックイベントの参加者を対象に実施した各種検査の結果を解析したところ、握力26kg以下の女性は、26kgを上回る女性に比べてロコモリスクが高いことが分かった。薬局やドラッグストアで握力測定を実施してハイリスク者を検出し、運動習慣や食生活改善をアドバイスするなどロコモ悪化予防を支援することに、今回の研究結果を役立ててもらいたい考えだ。

ロコモとは、背骨関節、筋肉などが衰えて、立ち上がりや動作をスムーズに歩いたりする機能が低下する状態。ロコモが進行すると日常生活が制限される。ロコモが悪化すると要介護や寝たきり状態になってしまうため、特に高齢者や女性に多い。女性は早期からの予防対策が重要とされている。

握力測定は、握り組んだら立ち上がりや動作をスムーズに歩いたりする機能が低下する状態。ロコモが進行すると日常生活が制限される。ロコモが悪化すると要介護や寝たきり状態になってしまうため、特に高齢者や女性に多い。女性は早期からの予防対策が重要とされている。

研究グループは、薬局やドラッグストアで簡易にロコモリスクを評価できる方法として握力測定に着目。ロコモのハイリスク群を絞りこめるための、今回の解析に

果を店頭に設置して受診勧奨や生活習慣改善のアドバイスに役立てている。このイベントに参加した女性37人のうち、年齢40歳以上で必要項目を測定できた75人を対象に解析を実施した。ロコモのリスク因子となる筋肉量、骨量、足指筋力を測定したところ、筋肉量が低下したリスク者の割合は38%、骨量低下のリスク者の割合は30%、足指筋力低下のリスク者の割合は26%だった。潜在的ロコモリスク者が多数存在することが分かった。

握力とこれらの因子の相関を調べたところ、握力が26kg以下の場合、26kgを上回る群に比べて、これらのリスク因子を二つ以上持つ可能性が約5倍増えることが明らかになった。握力とロコモリスク因子の相関があることは既に報告されているが、ロコモリスク項目の複数保有者を検出する握力のカットオフ値が判明したのは初めてという。研究グループの徳毛孝至氏(公立学校保健組合中国中央病院薬劑部)は、「握力測定を役立ててほしい」と話している。

スクリーニングを簡便に実施できる可能性が示された。薬局店頭で、ロコモ悪化を予防する運動習慣や生活習慣の改善、処方しない処方しにくいをアドバイスしてもらうという。健康サポート薬局として何をすべきか、各局で模索が続いている。活動のきっかけとして簡易検査

今回、研究発表をおこなった広島びんごフィジカルアセスメント研究会は、福山大学薬学部の教員と地域の薬剤師の有志により 8 年前に結成され、これまで健康に係る地域貢献活動やそれに関連した研究活動に取り組んできました。今回の研究成果は、毎年宮地茂記念館で行っている健康サポートフェアで収集したデータを解析したものです。研究会のメンバーで中国中央病院の薬剤師として働いている卒業生が研究会を代表して発表を担当しました。



宮地茂記念館で開催している健康サポートフェアの様子