

# 3B病棟転倒予防について

---

# 転倒予防プログラム実施について

---

OTプログラム時や日常生活において転倒・フラツキが見られています。

OTスタッフ間でプログラム内の環境設定など行い軽減してきましたが、特定の方は定期的に転倒の報告が見られたため今回、転倒予防プログラムを計画・実施しました。

また、転倒につながる歩行やバランス等の評価を実施したため報告させていただきます。

# 転倒リスク評価に必要な検査

---

問診

診察

視力

+薬原性錐体外路症状 評価

歩行速度

片脚立位時間

ファンクショナルリーチ

足関節背屈角度

Timed Up and Go test

タンDEM歩行

握力

重心動揺検査

骨量測定

起立性血圧変動

脊椎X線検査

頭部MRI

聴力・内耳機能

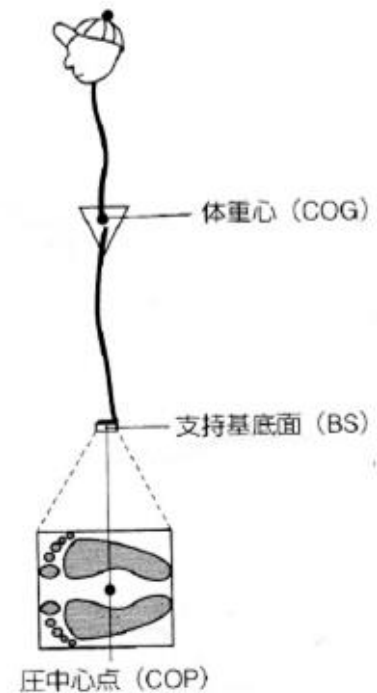
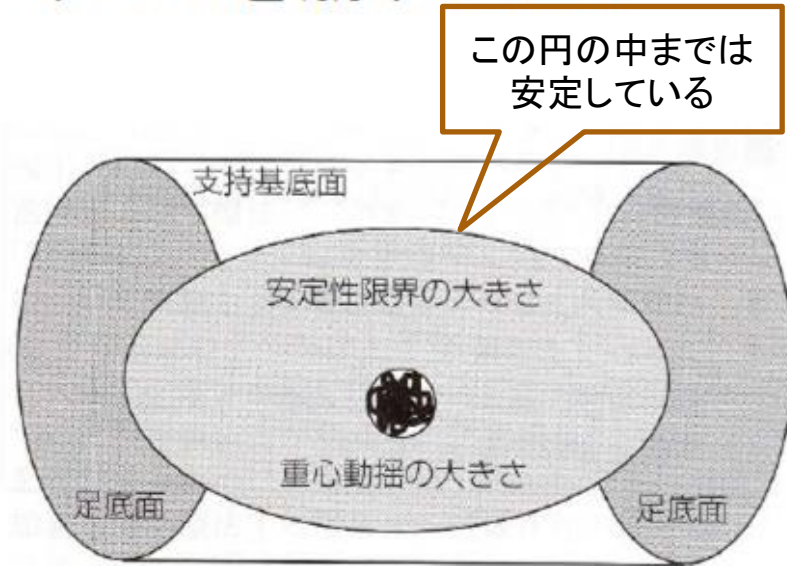
# 転倒リスク因子

---



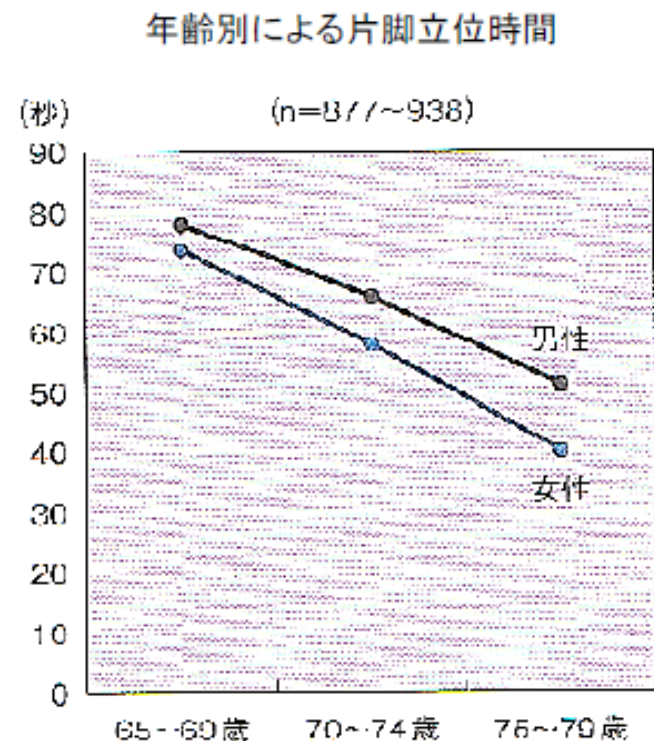
# バランス障害

バランスを崩すとは？



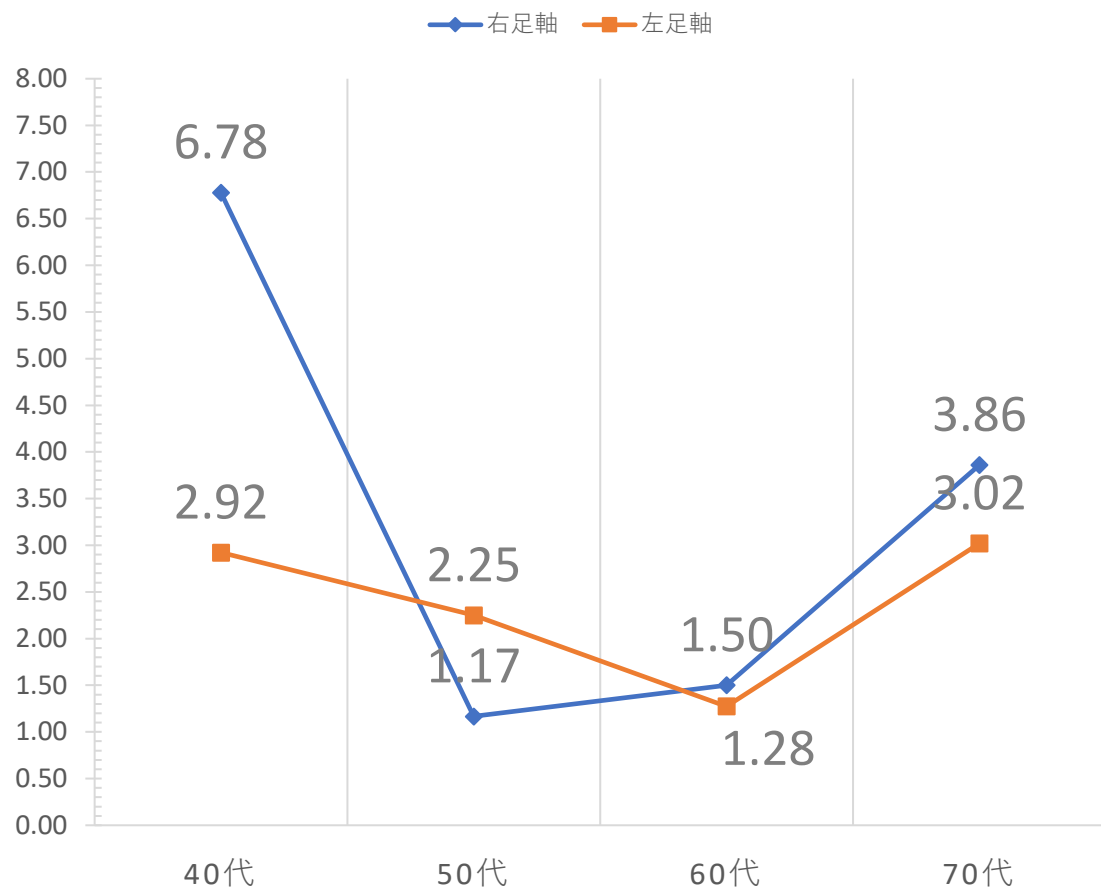
# 片足立位時間と転倒の関連

- 転倒歴がない対象者の片脚立位時間は31.3秒であったのに対して、転倒歴がある対象者は9.6秒であり30秒間の片脚立位時間の可否が転倒予測に有用である(Hurvitz)
- 高齢者の観察研究で、転倒群： $7.2 \pm 7.3$ 秒と非転倒群： $13.1 \pm 21.9$ 秒で片脚立位時間に有意な差が認められた(菊池)

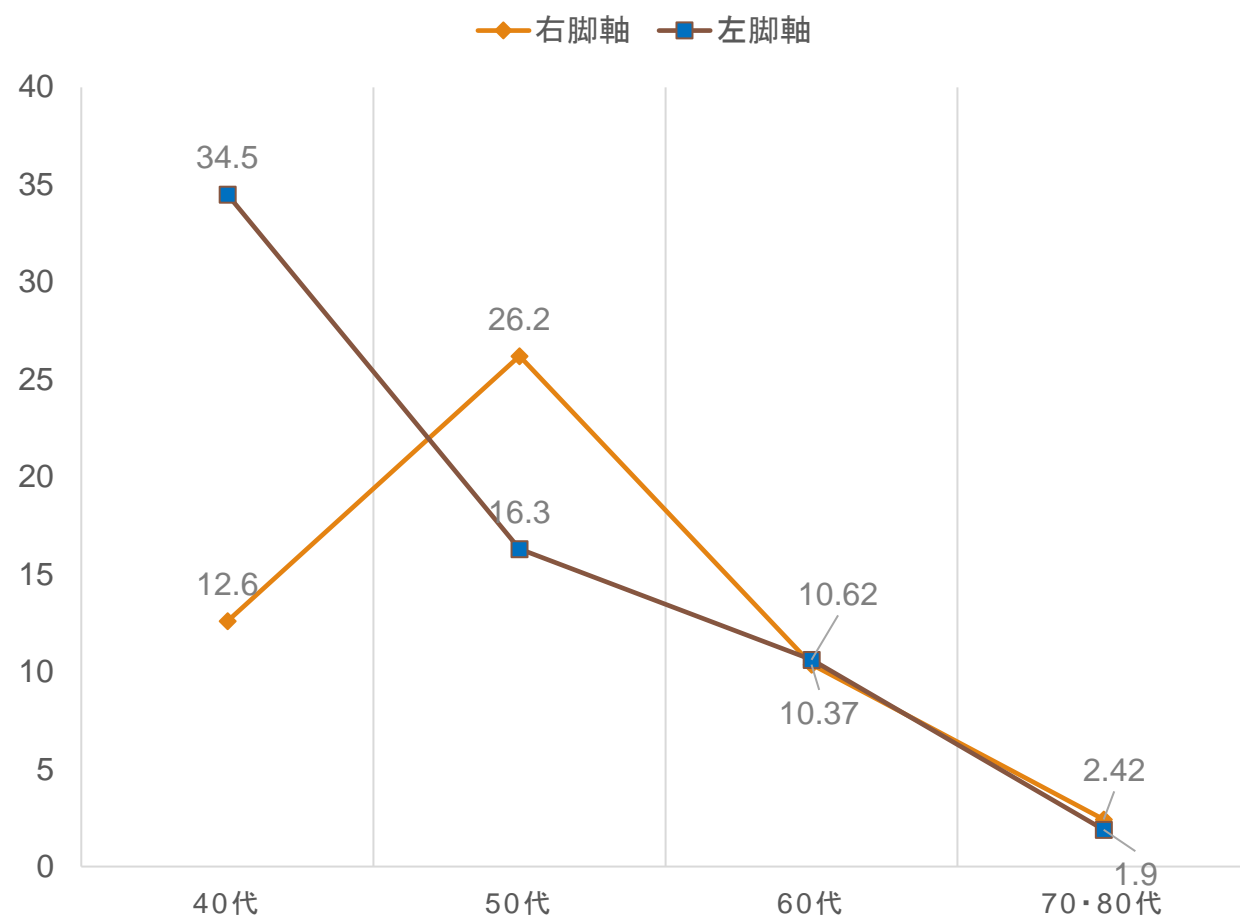


文部科学省:体力・運動能力調査統計表より

### 年齢別 片足立位時間



### 片足立位時間 (秒)



# FRTと転倒との関連

報告者	
Aslan	<ul style="list-style-type: none"><li>転倒経験者と非経験者でFRはそれぞれ14.8cmと18.9cmであり転倒経験者のほうが有意にFR値が低い</li></ul>
Duncan	<ul style="list-style-type: none"><li>FR値は20～40歳を基準として41～69歳で95%、70～87歳で72%に低下する</li><li>70歳以上の地域高齢者のFRを測定し、転倒経験が1回の者より複数回の者のほうがFR値が小さく、25.4cmをカットオフ値とした場合、転倒の危険率は8.1倍である</li></ul>
菊池	<ul style="list-style-type: none"><li>1年間で転倒した患者群と転倒しなかった患者群の間で、最初に測定したFR値に有意な違い(22.7cm vs 25.1cm)が認められる</li></ul>
松林	<ul style="list-style-type: none"><li>地域在住後期高齢者392名(平均年齢80歳)のFRの平均値は22.5±8cmであった</li></ul>

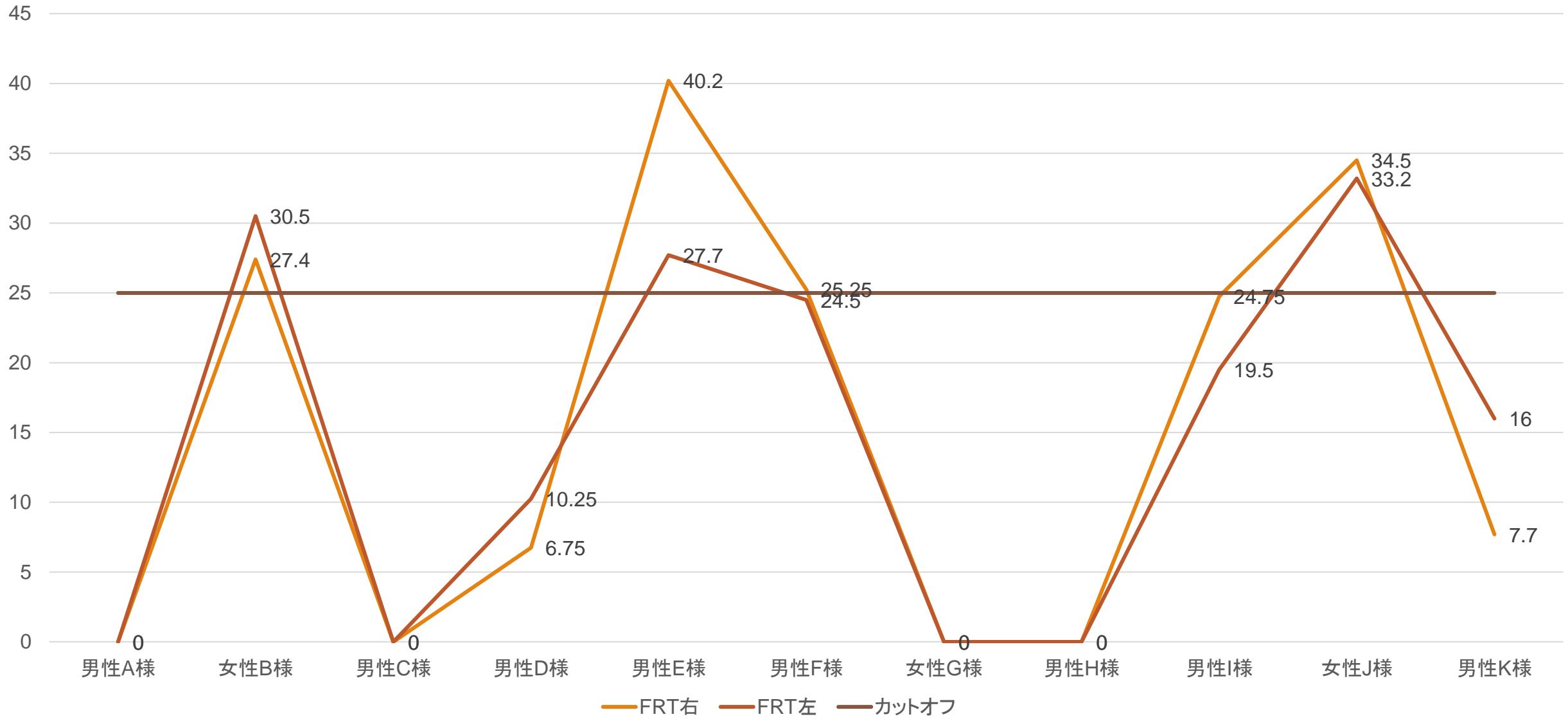
目安として...

カットオフ値設定

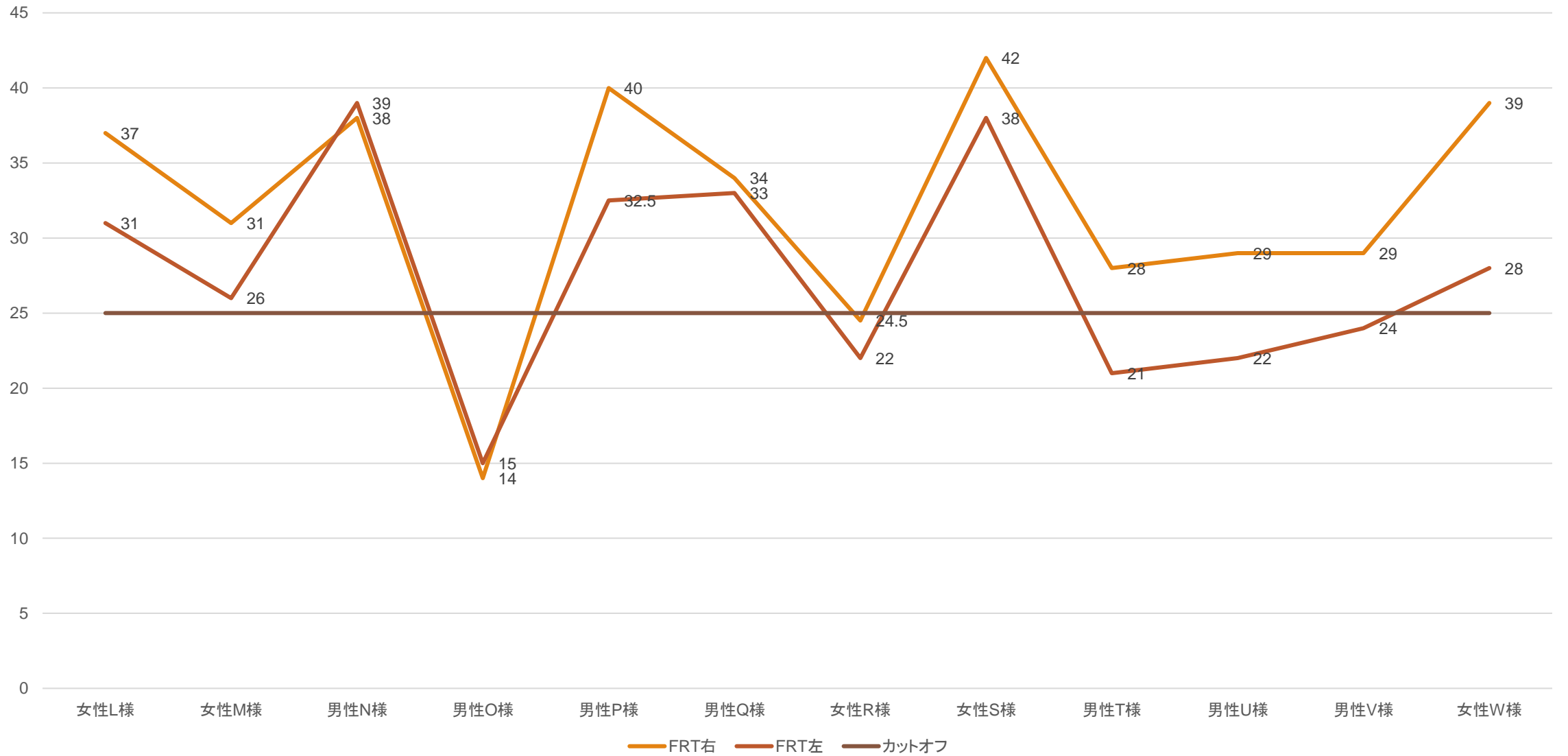
25.0cm



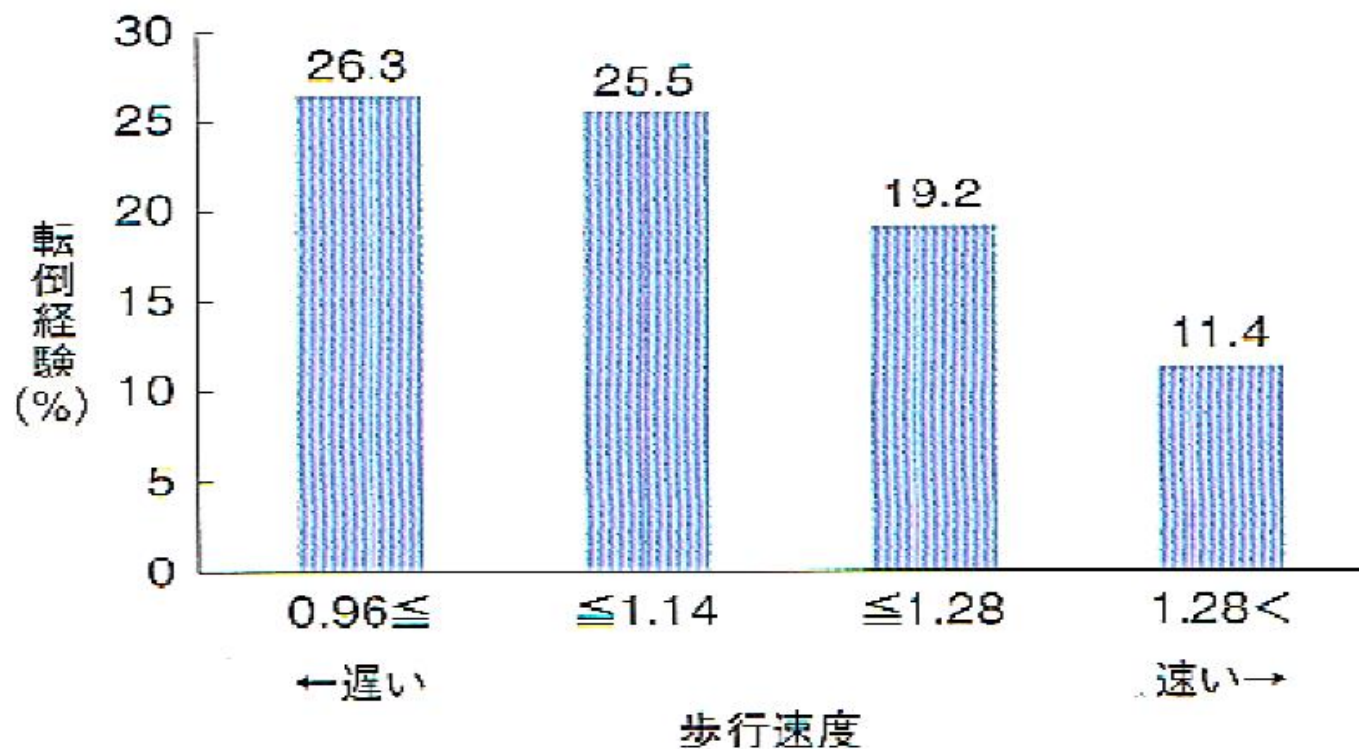
# 転倒リスク高い群



# 転倒リスク低い群

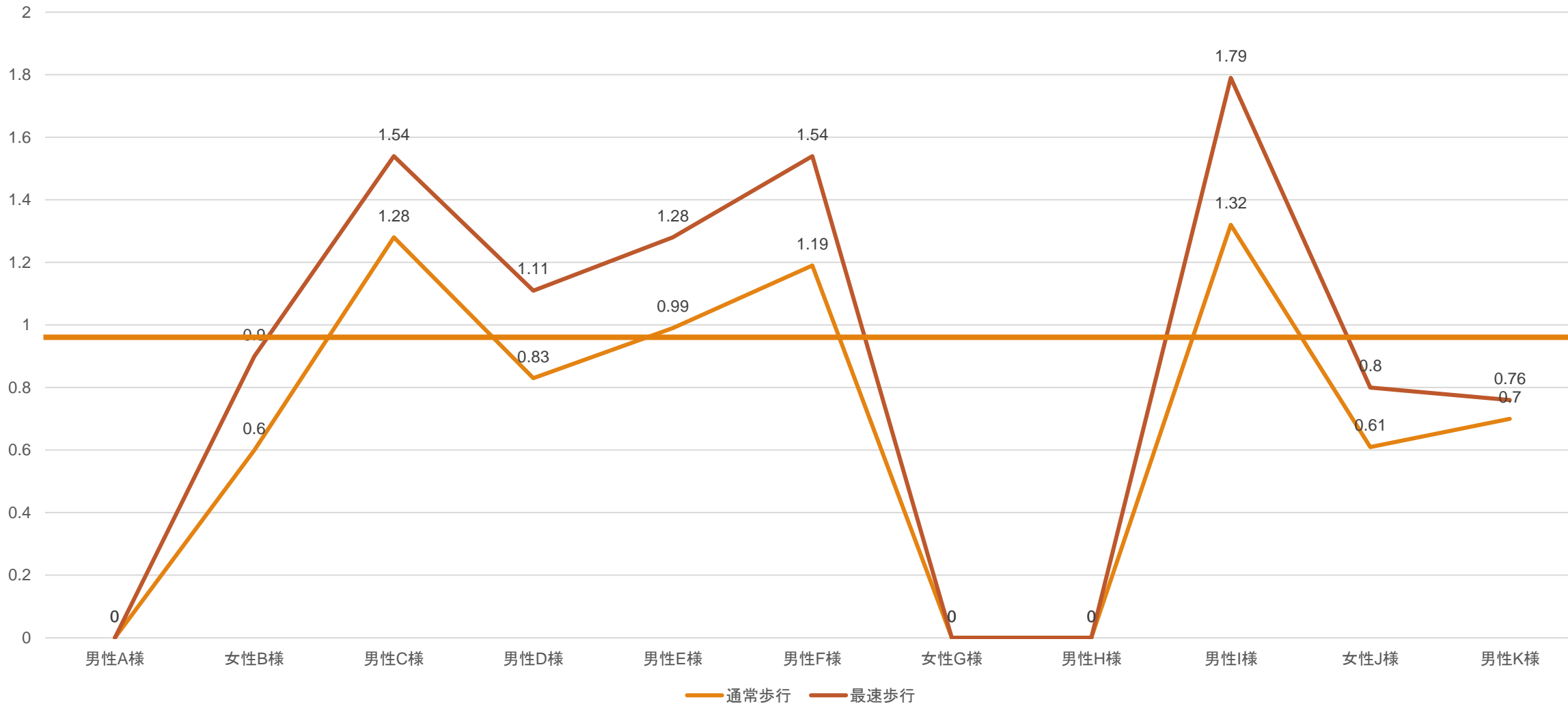


# 歩行速度と5年間の転倒率

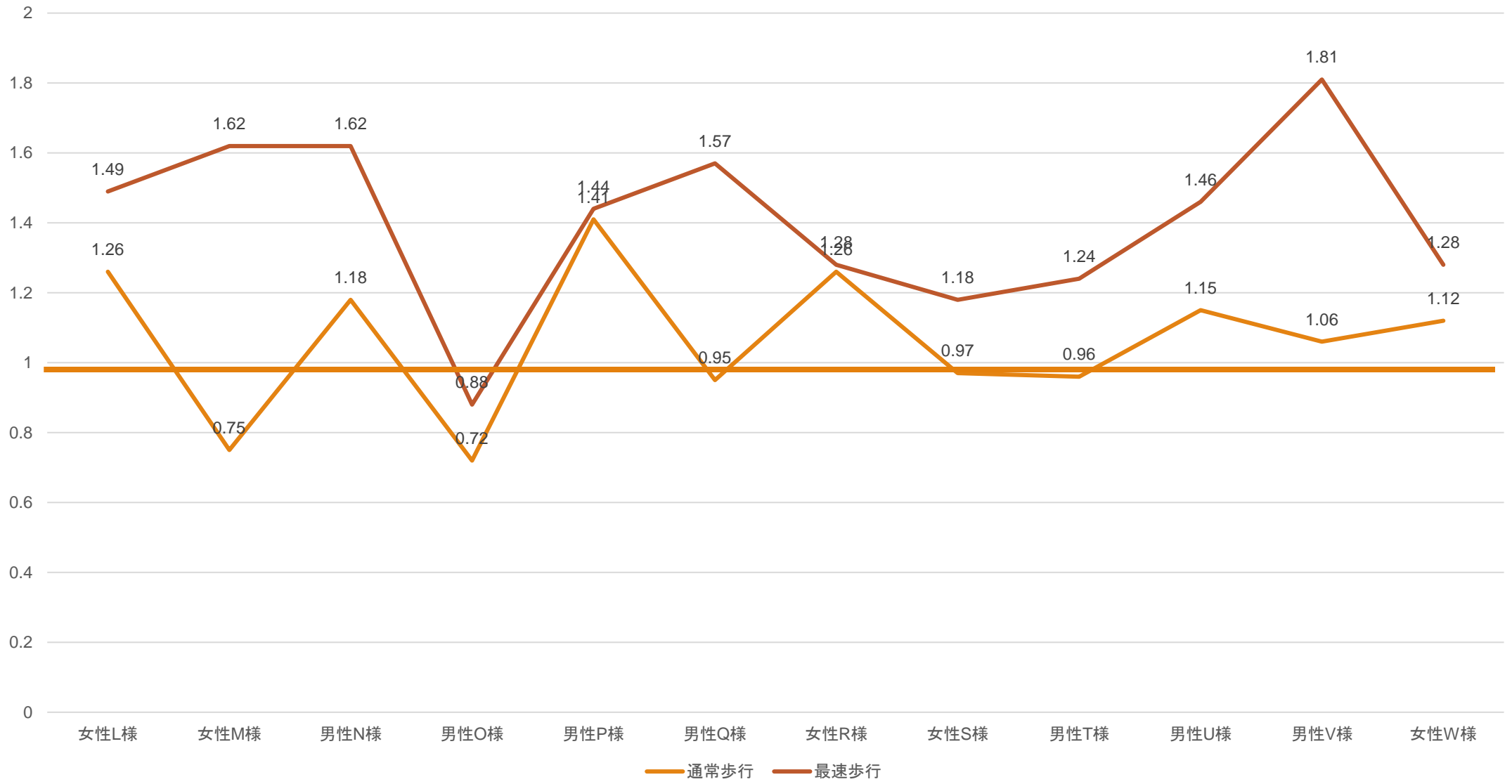


鈴木隆雄ほか: 地域高齢者の転倒発生に関連する身体的要因の分析研究

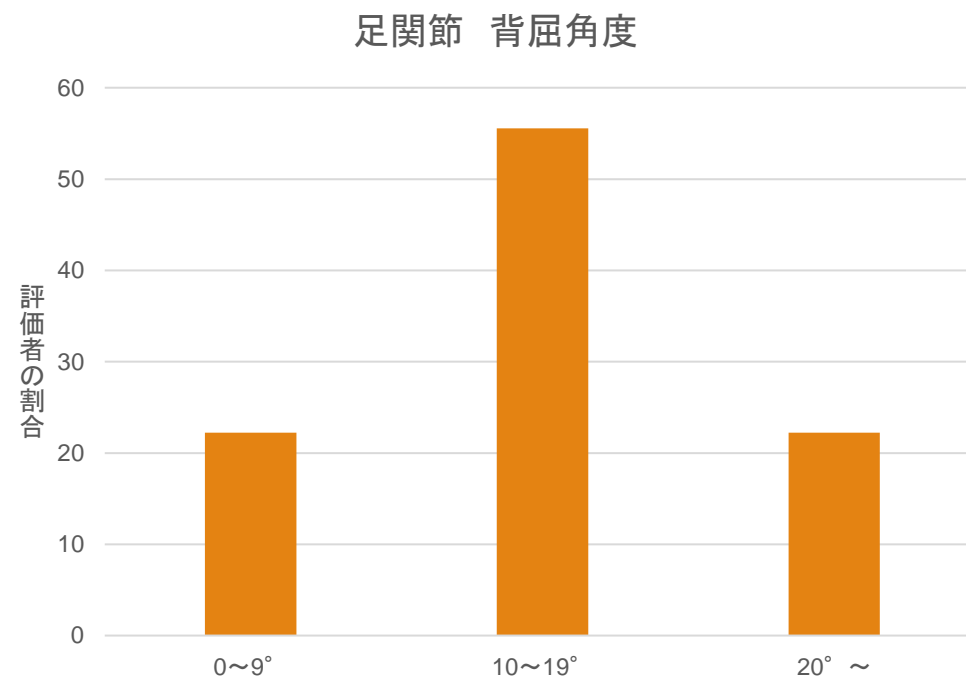
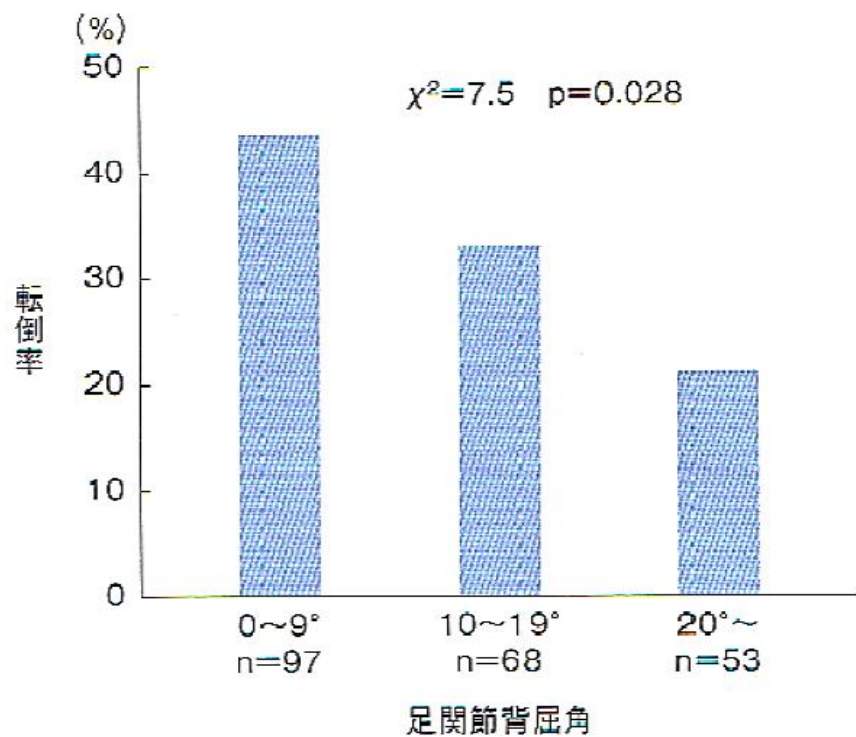
# 10歩行(歩/秒) 転倒リスク高い



# 10分歩行(分/秒)転倒リスク低い

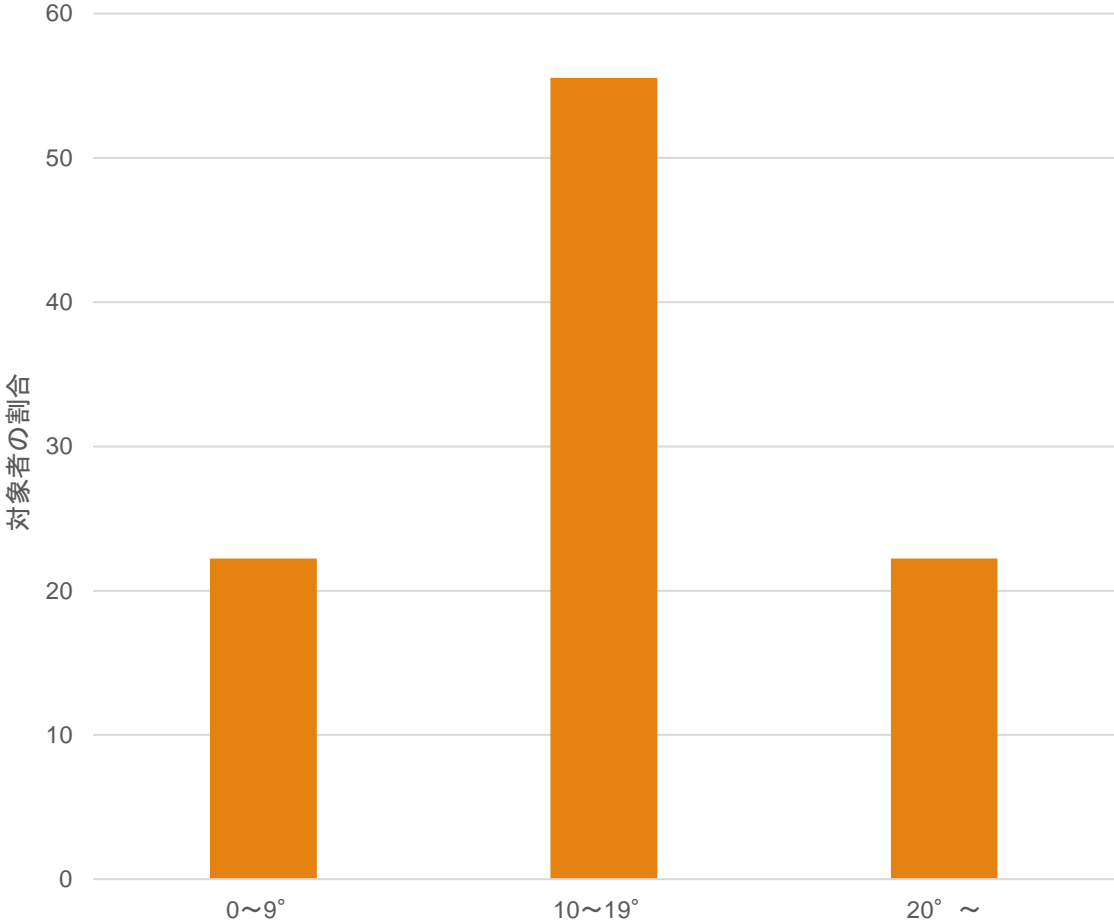


# 足関節の背屈角度と転倒率

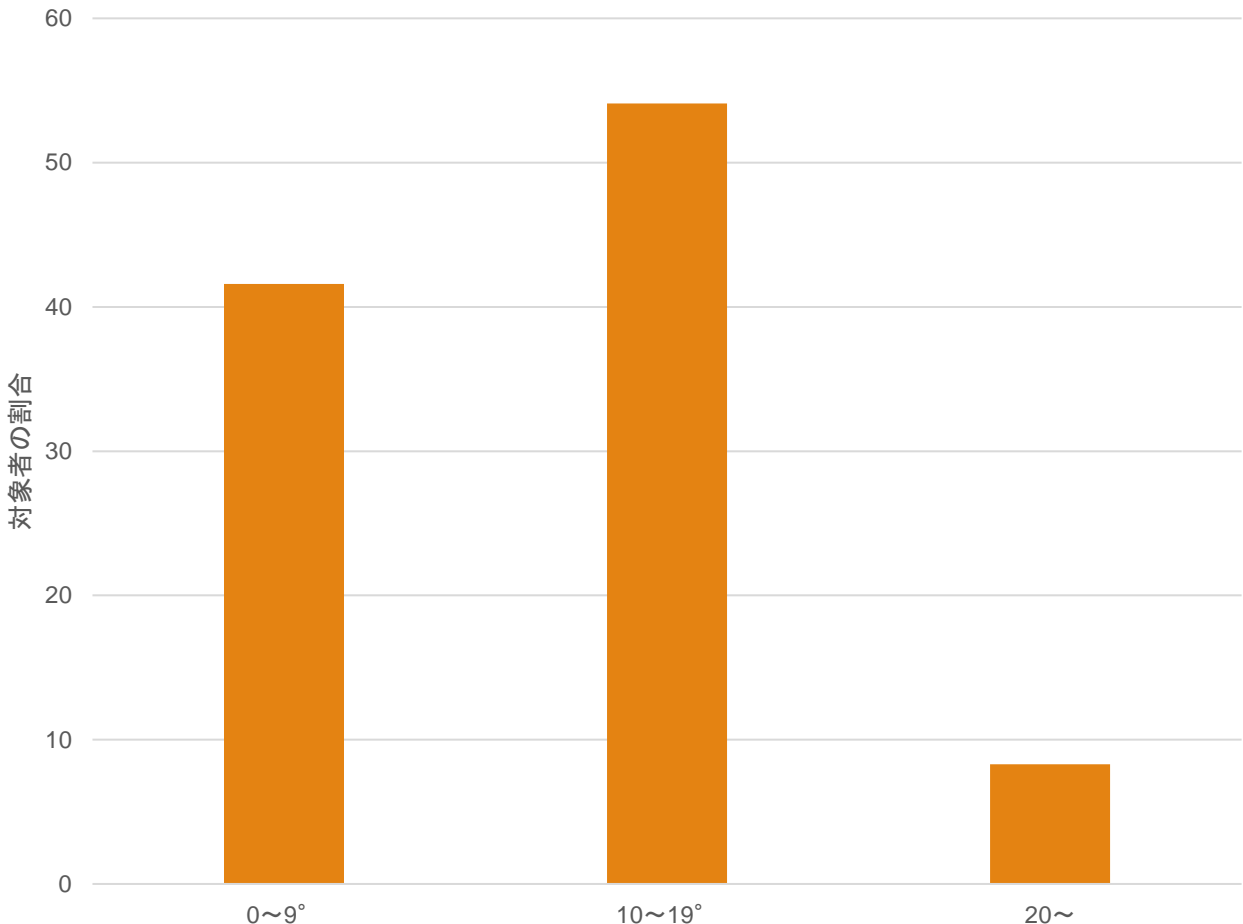


# 足関節の背屈角度

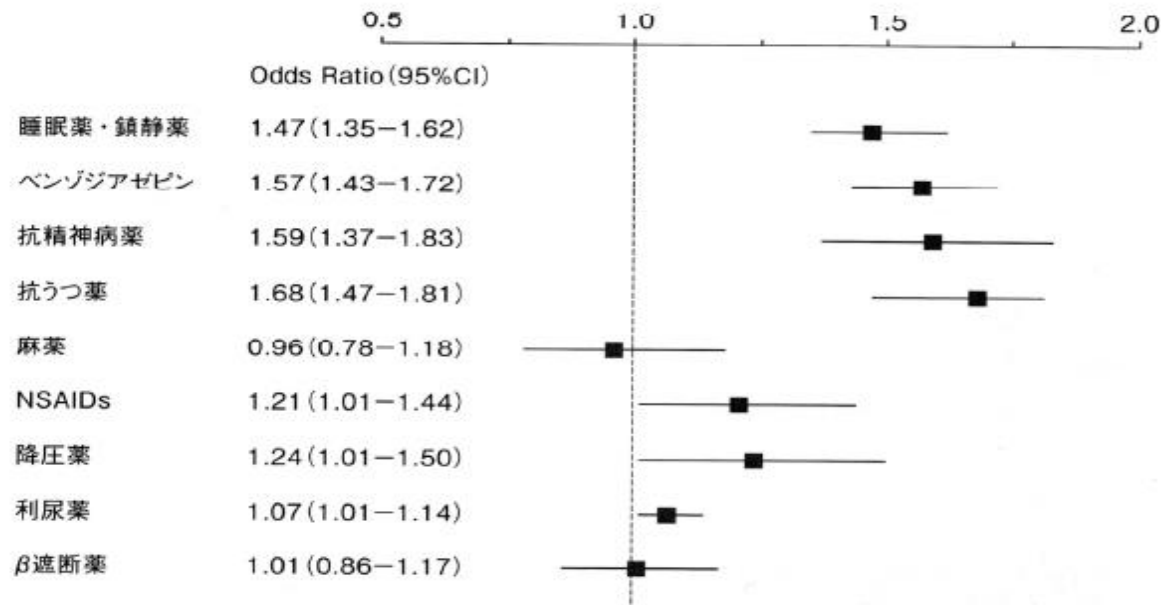
転倒リスク高い



転倒リスク低い



# 薬の種類と処方薬剤数



- 投与薬剤が4剤以下の群に比べて5-9剤で4倍、10剤以上で5.5倍

Hartikainen他

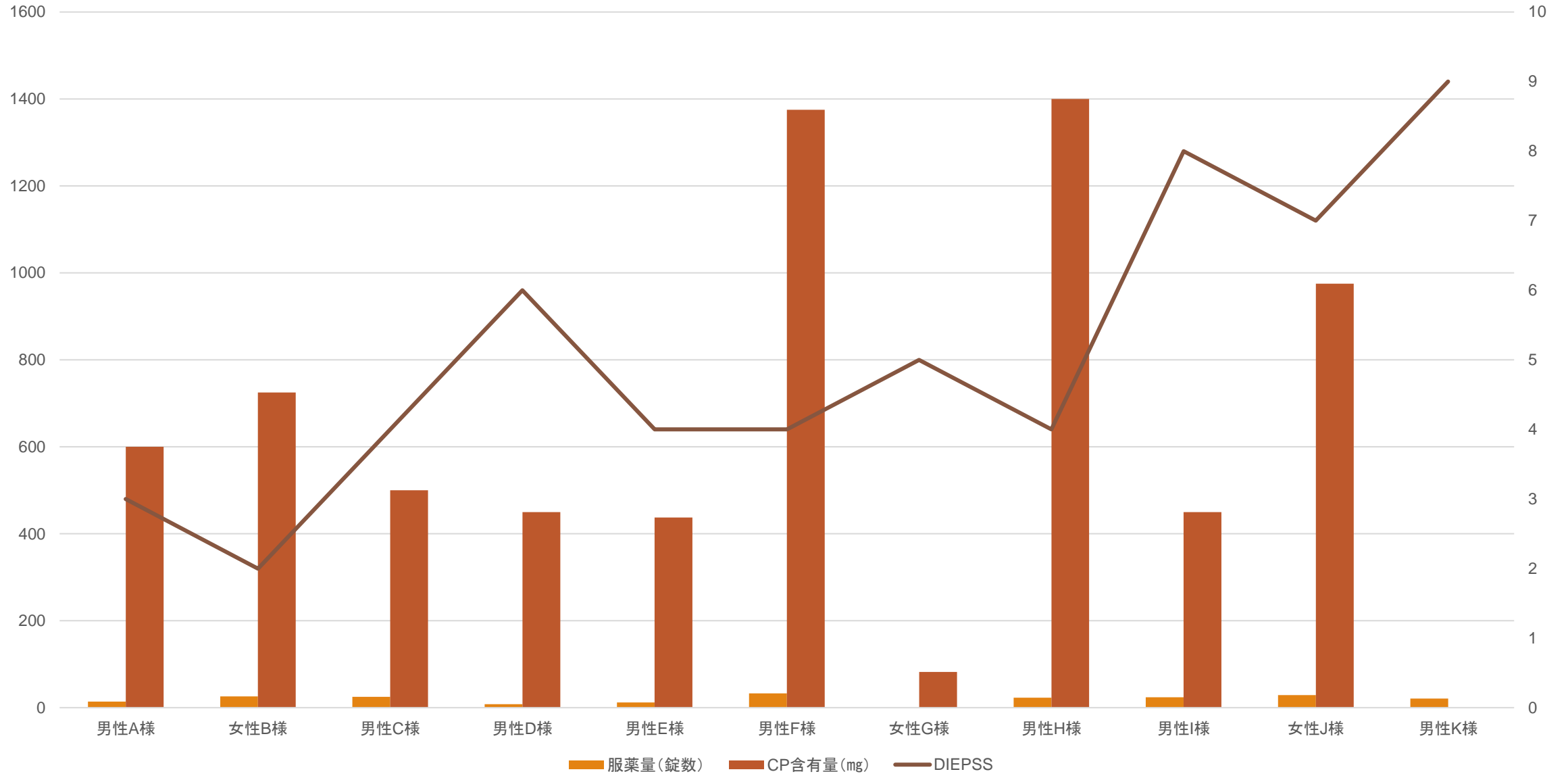
- 地域在住高齢者では5剤以上の群で転倒リスクは70%高い

Okochi他

(Woolcott JC, et al : Meta-analysis of the impact of 9 medication classes on falls in elderly persons. Arch Intern Med 2009 ; 169 : 1952-60. より引用改変)

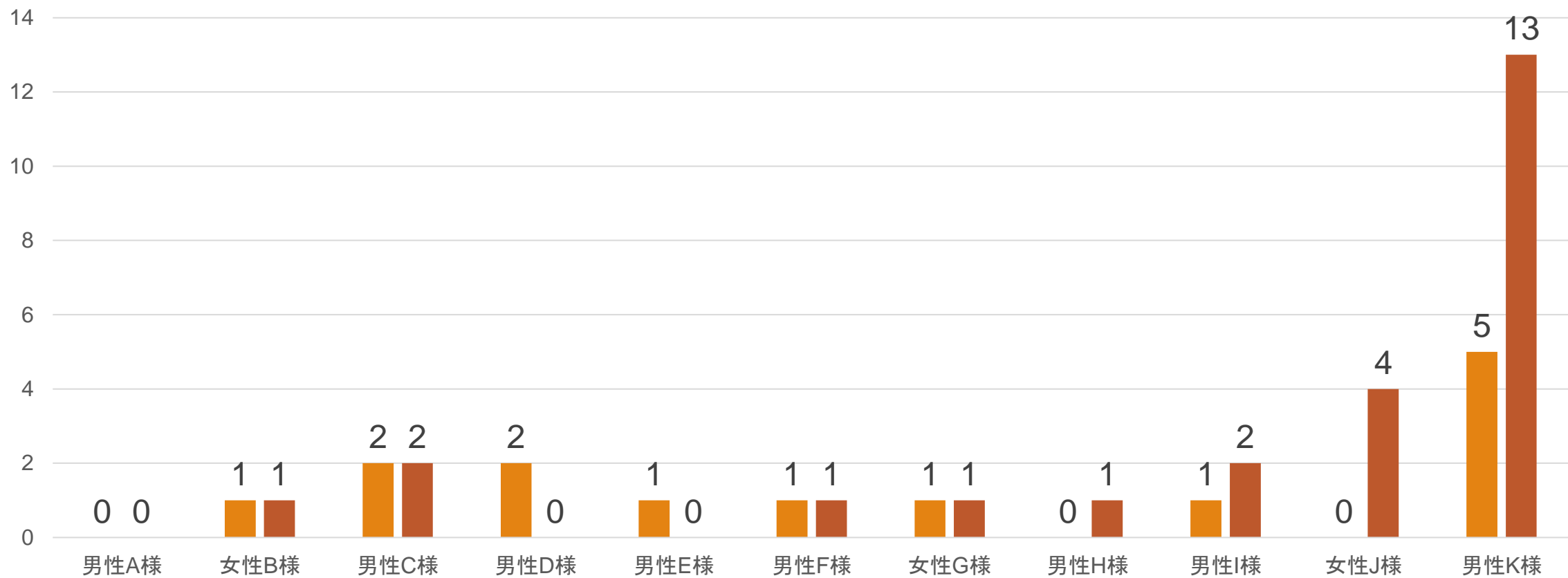


# DIEPSSとクロルプロマジン含有量について



# 転倒歴

■ x年 ■ X+1年



## 今回、転倒予防プログラム・声掛けを実施したことにより

---

①精神状態が穏やかな方に関しては効果的であり、転倒の軽減が見られる。  
精神的・身体的な状態が不安定な方は転倒が増加している。

②指示の理解や周囲の認知（二重課題）が低下している方に関して、  
コグニ体操を実施し対応を行う。

※OTプログラム中や日常生活での観察結果を基に判断をしております。