

COVID-19 パンデミック下における筋骨格系理学療法：

遠隔リハビリテーションは答えか？

【文献の概要】

- ・ COVID-19 パンデミックにより筋骨格系理学療法を対面で実施することが難しい状況となっている。
- ・ 遠隔リハビリテーションが対面介入の代替手段となるかを、臨床エビデンス、実現可能性と受容性、筋骨格系を専門とする理学療法士のための機会と課題、臨床への示唆という構成で論じている。

【文献のカテゴリ】

Perspective (Point of View)

【文献の内容】

**臨床エビデンス**

- ・ 遠隔リハビリテーションの効能に関する系統的レビューとメタ解析の結果：  
人工関節全置換術（肩、股、膝）や上肢への介入（上腕骨近位部骨折、手根管開放術、回旋筋腱板損傷）といった術後理学療法では身体機能や動作能力が通常対面による介入と同等かそれ以上に改善すると解釈できる。
- ・ 非悪性慢性疼痛（腰痛、脊柱管狭窄、頸部痛、変形性関節症、線維筋痛症、関節炎）：  
疼痛軽減および身体機能・ADL 能力改善、これらの障害に起因する QOL を改善させる目的で、対面による介入の代用として遠隔リハビリテーションを適応できる。
- ・ ただし、研究方法論上の問題で結果を過大評価している可能性があるため注意が必要。  
小さなサンプルサイズ（ $n < 100$ ）、短い追跡期間（ $< 12$  ヶ月）、阻害因子/促進因子の評価の欠損、非盲検化（被験者やその介助者、アウトカム評価者）によるバイアスがある。

**実現可能性 Feasibility**

- ・ 筋骨格系疼痛に対する遠隔リハビリテーションに基づく相談・助言は、末梢関節や脊柱に対する種々の臨床アウトカムの評価において、併存的妥当性や被験者内・被験者間信頼性で良い／非常に良い計量心理学的特性を有するとされている。
- ・ 肩・肘関節の評価、肘周囲の神経機能検査、膝の癒痕評価、腰椎の姿勢評価では妥当性・信頼性ともに低かった。
- ・ ただし測定精度が不明で、測定バイアスの可能性もあるため結果の一般化可能性に研究上の限界がある。

### 容認性 Acceptability

- ・筋骨格系障害や整形外科術後において、全体的なユーザーエクスペリエンス・アドヒアランス・満足度に関し、患者・理学療法士両者で遠隔リハビリテーションは良好な容認性を示した。
- ・筋骨格系のケアの質を向上させ、医療費を削減させたとする報告もある。
- ・満足度や経済的アウトカムは報告が少ないためデータの有益性には限界がある。

### 遠隔リハビリテーションの機会

- ・遠隔リハビリテーションから得られるメリット

患者：入院率の低減や再入院の予防、早期退院、外来リハへの即時アクセスが可能、費用や時間の削減、健康アウトカムや QOL の向上、早期復職

理学療法士：患者の自宅の環境で直接的に遠隔で患者教育が行え、継続的な関わりが可能、身体評価の実施や運動療法プログラム立案が可能、患者の進捗をモニターでき継続的なフィードバックや助言を行える

医療サービス：患者のニーズに沿った強度・頻度・期間でのリハビリテーションプログラム提供が可能、コストを抑えつつケアの効率が上昇、待機者を減らしサービスの持続可能性が高まる、急性期（術後）・慢性期退行変性の両方で適切かつ継続的なサービスを保証。

### 遠隔リハビリテーションの課題

- ・筋骨格系理学療法の効果は直接的な介入によるものだけではなく、治療中の雰囲気や周囲の環境、他の患者との交流など文脈的な要因や環境要因も影響している。そのため、遠隔リハビリテーションでは言語的・非言語的コミュニケーションを用いて、そのような介入以外の要因を補う必要がある。
- ・遠隔では触診や整形外科的テストなどが実施できない。そのため、初回評価を対面で実施する事も慎重に判断する必要がある。その場合は、介入前に発熱等症状のチェックや14日以内に感染者と接触していないかなど COVID-19 感染を疑わせる徴候がないかトリアージを行い、介入にあたっては患者・理学療法士ともに標準予防策を徹底する。
- ・リハ室にあるような機器や用具が患者の自宅にはないため、遠隔での治療プログラム立案にあたってはどういった用具が必要かを事前に伝え、患者に用意してもらう必要がある。
- ・国の法制度により保険点数の算定や個人情報保護などの対応が異なる。  
米国理学療法士協会では遠隔医療ガイドラインが公開されている。

### 将来の方向性

- ・遠隔リハビリテーションは COVID-19 パンデミック下における対面での介入の代替もしくは併用手段として有望であることが明らかになった。
- ・政策決定者、理学療法士、研究者は、いつどのように遠隔リハビリテーションが COVID-19 パンデミック以降、治療のための有用なツールとなり得るかを明らかにするために行動する必要がある。

【この文献から地域理学療法を展開する上で参考になること】

- ・直接的な身体的な介入が多いと思われる筋骨格系理学療法でも、遠隔による介入に効果があるとする報告もあり、通常診療の補助手段として法制度の許す範囲内で遠隔による患者・利用者とのやり取りが日本でも考慮されても良いかもしれません。
- ・今回のような外来、通所、訪問がストップするような状況が再度生じた場合に、遠隔でのコミュニケーションがとれるよう患者／利用者－理学療法士双方が環境を整備しておくことが必要かもしれません。

【出典】

Turolla A, Rossettini G, Viceconti A, et al. Musculoskeletal Physical Therapy During the COVID-19 Pandemic: Is Telerehabilitation the Answer? *Phys Ther* 2020: pzaa093.

DOI: <https://doi.org/10.1093/ptj/pzaa093>

発行日：2020/7/27

文責：秋田リハビリテーション学院 山崎貞一郎