

P2-B-0416

軽度認知障害者に対する訪問リハビリテーションにおける効果 自主トレーニング指導で認知機能面や身体機能面が改善した 1 症例

中島 文音, 田中 仁

株式会社ルピナス リハビリ訪問看護ステーション ルピナス

key words 軽度認知障害者・訪問リハビリテーション・自主トレーニング

【目的】訪問リハビリテーション（以下訪問リハ）を週 1 回で実施していたが、日常生活内の活動量低下から、認知機能低下がみられた。Hyodo らは、軽度認知障害者(以下 MCI)に対して、中強度運動後に高齢者の認知機能改善を報告している。今回は、MCI に対する訪問リハでの、自主トレーニング(以下自主トレ)指導による有酸素運動によって、認知、身体機能面の向上がみられるかを ABA シングルケースデザインで研究した。

【症例提示】対象は 79 歳男性、脳梗塞の症例である。介入時は、FIM117 点、Life-Space Assessment レベル 2、Mini-Mental State Examination(以下 MMSE)20 点、30 秒椅子立ち上がりテスト(以下 CS-30)7.5 回、Functional Reach Test20.3cm、Timed Up and Go Test(以下 TUG) 13.5 秒、SF-36 の PF35.0 点、RP56.3 点、BP100 点、GH42.0 点、VT50.0 点、SF37.5 点、RE83.3 点、MH65.0 点である。

【経過と考察】本研究は、A 期間に訪問時の運動療法と毎日の自主トレによる有酸素運動(足踏み 10 分×2、1 日に約 2000 歩)を実施し、B 期間は運動療法のみを実施した。A1、B1、A2 の 15 週間より、MMSE は A1 期 23 ± 2.3 、B1 期 24 ± 1.0 、A2 期 26.4 ± 1.5 で A2 期に向上が認められた。Abbott らの軽度の運動が認知機能面の維持に有効と同様、自主トレにて認知機能面の向上が認められたと考える。TUG A1 期 13.4 ± 0.7 、B1 期 13.5 ± 0.7 、A2 期 12.7 ± 0.7 で A2 期に向上が認められた。Williamson らの有酸素運動が脳を刺激し、前頭野の機能を高めるということから、MMSE、歩行速度が向上したと考える。SF-36 の PF は、A1 期 22.0 ± 9.7 、B1 期 23.4 ± 0.7 、A2 期 30.0 ± 0.1 、PT は、A1 期 55.0 ± 2.8 、B1 期 56.3、A2 期 61.3 ± 5.2 で A2 期に向上した。堂園らの運動が高齢者の精神、心理機能を変化し、ストレス解放になるということから、運動で歩行能力が向上し、ストレス軽減され、精神面の改善に繋がったと考える。従って、今回の訪問リハでの自主トレ指導による有酸素運動は有用であったと考える。