I-1

高齢者に特有な症候・症状

老年症候群

佐竹昭介[1)]　鳥羽研二[2)]

1）独立行政法人国立長寿医療研究センター 高齢者総合診療科 医長
2）独立行政法人国立長寿医療研究センター 病院長

Point 1 代表的な老年症候群を挙げることができる．

Point 2 虚弱の概念を説明できる．

Point 3 虚弱の評価項目（CHS 基準）と判定方法を挙げることができる．

Point 4 老年症候群の評価を行うことができる．

Point 5 老年症候群について他の医療スタッフと情報交換し，対応を話し合うことができる．

はじめに

高齢者の治療においては，しばしば疾患の完治をゴールにできない場合がある．また，年齢や状況によっては，残された時間のあり方を本人や家族と話し合い，疾患の同定に時間を割くよりも，対症的治療のみ行う場合もある．疾患を正確に診断して治療を行うという近代医学・医療の正道に沿えないケースは，決して珍しくない．

臨床現場においては，高齢者に比較的特有でよくみられる症状や徴候（たとえば，転倒，失禁，せん妄，褥瘡，機能障害など）があることは知られていた．高齢者人口が少ないうちは「歳のせい」として片づけることができたが，高齢者の介護問題が社会的にクローズアップされる高齢社会では，これらの問題を放置するわけにはいかなくなった．

高齢者の自立を脅かす問題は，しばしば疾患そのものではなく，このような症状・徴候による場合がある．さらに状況次第では，生命の維持そのものに影響を及ぼすことすらある．このため，これらの症状や徴候をひとつの症候群として取り扱い，注意を喚起して対処することが重要であると認識されるようになった．

老年症候群は明確な定義があるわけではないが，医師の診察のみならず，介護・看護が必要な症状・徴候の総称と考えられており，geriatric syndrome あるいは geriatric conditions とも表現される．このように高齢者特有の問題を整理することで，高齢者医療・介護の質が改善され，高齢者の QOL 維持に役立つと考えられている．

1. 代表的な老年症候群

老年症候群の代表的な症状・徴候としては，摂食・嚥下障害，体重減少，関節・体の痛み，圧迫骨折，歩行障害・転倒，易感染性，認知機能障害，うつ，せん妄，頻尿・失禁，難聴，視力障害，貧血，めまいなどが挙げられる．老年症候群の出現頻度には一定の特徴があることが報告されており，前期高齢者で増加する症候，後期高齢者で増加する症候，加齢による影響をあまり受けない症候，の3種類に分類されている（図1）．このうち，後期高齢者で増加する症候は，高齢者の寝たきりに直結する問題であるため，その出現には注意が必要である．

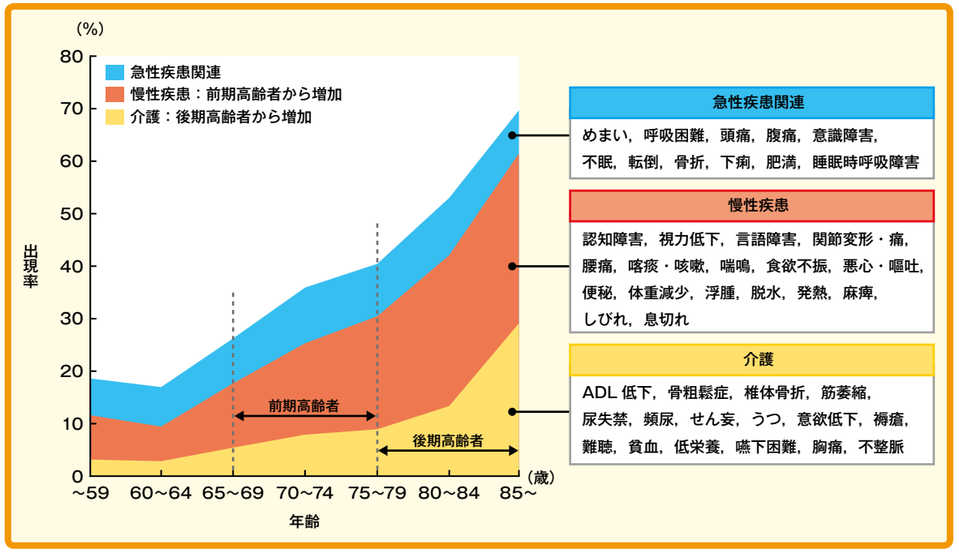

図1 加齢による老年症候群の特徴（文献[1)]より引用改変）
廃用症候群：筋萎縮，関節拘縮，褥瘡，便秘，失禁，認知機能障害（認知症），抑うつ，不眠，摂食嚥下障害，廃用性骨萎縮（骨粗鬆症），心肺機能低下，起立性低血圧．

表1 虚弱（frailty）の評価法（CHS 基準）（文献[2)]より引用改変）

項目		定義	
体重減少		1 年間で体重が 4.5 kg 以上減少	
易疲労性		自己評価 ①先月ごろよりいつも以上に疲労感がある ②ここ 1 ヵ月弱くなった	
活動性低下		生活活動量評価 （レクリエーションなどの活動量を評価）	
動作：歩行速度低下 15 feet（4.57 m）	女	≦身長 159 cm	7 秒以上
		＞身長 159 cm	6 秒以上
	男	≦身長 173 cm	7 秒以上
		＞身長 173 cm	6 秒以上
筋力（握力）低下	女	BMI ≦ 23	≦ 17 kg
		BMI 23.1 ～ 26	≦ 17.3 kg
		BMI 26.1 ～ 29	≦ 18 kg
		BMI ＞ 29	≦ 21 kg
	男	BMI ≦ 24	≦ 29 kg
		BMI 24.1 ～ 26	≦ 30 kg
		BMI 26.1 ～ 28	≦ 30 kg
		BMI ＞ 28	≦ 32 kg

2. 虚弱

高齢者の状況は多様であるが，病弱で健康障害を起こしやすい高齢者の一群は，近年，介護予防の対象として注目されている．これらのハイリスク高齢者に対して，「虚弱」という言葉が用いられるようになり，学術用語として定義されるようになった．虚弱とは，「身体機能を支える恒常性維持機構の低下により，ストレスに抗う力が低下し，健康障害に対する脆弱性が高まった状態」と概念的に定義されている．

虚弱の具体的な評価方法は統一されていないが，最も広く受け入れられている基準として Fried らの**CHS 基準**（**Cardiovascular Health Study 基準**）がある[2)]．これによると，①**体重減少**，②**低エネルギー状態**（**易疲労性**），③**活動性低下**，④**歩行速度低下**，⑤**筋力低下**，の5つを虚弱の代表的な徴候（虚弱の表現型）と捉え，このうち3つ以上を併せ持つ場合に虚弱症候群と評価することが提案されている（表1）．これらの徴候は，低栄養や**サルコペニア**（**加齢に伴う筋肉量減少症**）を中核病態として派生し，互いに影響を及ぼしながら身体機