

第26回

若手研究者交流会

2014年
日時: **9月19日(金)**

18:00~19:00

場所: **基礎研究棟6F セミナー室**

基礎看護学講座 福間美紀 先生

Dr. Miki FUKUMA

Department of Fundamental Nursing, School of Nursing.

『高齢者の複合型認知症予防プログラムによる認知機能改善の効果』

The effect of cognitive function improvement by a complex-type dementia prevention program for the elderly

教員(助教~准教授)、職員、大学院生、学部学生等、どなたでもご参加いただけます。



連絡先: 若手交流会世話人 原伸正・日吉峰麗 (代謝生化学), 山崎雅之(環境予防医学)

2014.9.10 (Vol.26)

高齢者の複合型認知症予防プログラムによる認知機能改善の効果

The effect of cognitive function improvement by a complex-type dementia prevention program for the elderly

島根大学医学部基礎看護学講座 福間美紀

Miki FUKUMA

Dept. of Fundamental Nursing, School of Nursing, Shimane University
School of Medicine

高齢者の認知症予防のためにさまざまな介入が行われている。出雲市では環境予防医学と NPO 生活習慣病予防センターと連携し、複合型認知症予防プログラム（以下、プログラム）を実施している。本発表では、出雲市で行っている複合型認知症予防プログラムの内容を紹介するとともに、その介入前後のデータを用いた解析について紹介する。

対象は、プログラムに参加した 65 歳以上の高齢者 60 名のうち 46 名である。方法は、75 歳未満の前期高齢者と 75 歳以上の後期高齢者の間でプログラム参加前後の BMI、運動機能、認知機能の変化からその効果を検証する介入試験である。前期高齢者は、後期高齢者と比べ、女性が有意に多く、介入前の握力で低値を示したが、他の運動機能や認知機能で差がなかった。前期高齢者の歩行数は介入前の約 4,000 歩から、介入後約 7,000 歩にまで有意に増加した。BMI は、後期高齢者で BMI が増加した。運動機能は、前期高齢者で 5m 努力歩行が 3.8 ± 0.8 秒から 3.5 ± 0.5 秒に、TUG が 3.7 ± 1.0 秒から 3.5 ± 0.8 に有意に短縮した。後期高齢者の 5m 努力歩行は介入前 4.1 ± 1.0 秒から介入後 3.6 ± 1.0 秒に有意に短縮した。認知機能のファイブ・コグテストのエピソード記憶は、前期高齢者の介入前 47.9 ± 7.5 点から介入後 56.5 ± 8.8 点と有意に改善したが、後期高齢者では改善傾向を示した。エピソード記憶の改善は 5m 努力歩行の変化 ($\beta = -0.751$, $P = 0.020$) と独立した関連を示し、運動改善が認知機能の改善と影響した可能性を示唆した。健全な高齢者であっても、より若年層で早期に介入することが、認知機能の改善に寄与することを明らかにした。