

**医療法42条施設における慢性疾患患者に対する定期的な運動の有用性に関する調査**鶴田法人<sup>1</sup>, 百済はつえ<sup>1</sup>, 瀬戸口芳正<sup>2</sup>, 野呂吉則<sup>2</sup>, 大熊晶<sup>2</sup>(<sup>1</sup>メディカルフィットネスSHL, <sup>2</sup>医療法人MSMC みどりクリニック)

[目的] 近年,医療法42条施設を併設した病院が増加しており,内科疾患や整形外科疾患を有した患者に対しての運動が推奨されている。また,同時に医療機関でのリハビリテーション(以下リハビリ)が行われていることも多いが,実際にリハビリのみを行った場合とリハビリと医療法42条施設での定期的な運動を併用した場合の有用性を比較した研究は多く見当たらない。そこで両者を比較検討し,当施設における運動の有用性について調査することを目的とした。

[方法] 対象は調査期間10月28日から11月2日に当施設に併設されている医療機関に来院した慢性疾患患者(年齢40歳以上69歳以下かつリハビリを3カ月以上受けている者)に対し,調査の目的を説明し同意を得た92名とした。方法は質問紙法によるアンケート調査を行い,リハビリのみ(以下R群),リハビリと運動の併用(以下RS群)に分け,リハビリ及び運動を行ったことによる症状の変化を順序尺度,及びVASで比較,検討した。統計学的分析にはStatcel3を使用し,2群間における順序尺度による症状の変化にはマン・ホイットニ検定,VASには対応のない検定(等分散)を行い,危険率5%未満を有意水準とした。

[結果] 92名(平均年齢 $56.2 \pm 0.8$ 歳)の内訳は,男性13名,女性79名,R群43名,RS群49名であり,慢性疾患を部位別にみると(複数部位含む),腰53%,膝36%,肩30%,股関節21%,足部18%,大腿13%,下腿9%,頸部8%,足関節7%,手関節5%,手指5%,肘3%であった。リハビリを実施した92名の内,症状が1:軽快した41.3%(R群:15.2%,RS群:26.1%),2:少し軽快した51.1%(R群:26.1%,RS群:25.0%),3:変わらない7.6%(R群:5.4%,RS群:2.2%)であり悪化したと回答した者はいなかった。VASはR群: $3.7 \pm 2.1$ ,RS群: $2.9 \pm 1.9$ だった。それぞれR群とRS群の間に有意差は認められなかった。

[考察] 当調査において当施設での定期的な運動併用による有用性は認められなかった。この原因として,リハビリにも運動療法が含まれているということ,リハビリ後状態がよくなってから運動を開始した患者も含まれていた,リハビリ開始直後にリハビリのみと併用群に分けた訳ではないなど個々で運動期間にばらつきがあったということが挙げられる。しかし当施設における定期的な運動が統計学上必ずしも有用性を与えるとは言い切れないものの,定期的な運動を実施したことにより症状が軽快し,かつ筋力増加などの身体変化,及び歩きやすくなったなどのADLでの変化があった割合は高い傾向にあったことから,今後も継続的な調査が必要と考える。また,今後調査するにあたって疾患別や重症度合も考慮する必要があると考える。

[現場への提言] 定期的な運動の実施が症状の改善につながると考えられるが,運動を行っているからと言って必ずしも患者の主訴の改善につながっているとは言い切れない。医師による投薬,注射,理学療法士などによるリハビリを実施したことにより,運動がより行いやすくなっているとも考えられる。つまり医療機関においては医師,理学療法士,トレーナー及び運動指導者が連携をとり包括的に取り組む事で早期に患者の症状を改善させるうえで重要と考える。