

難波 悦子

吉備国際大学保健科学部作業療法学科 講師

## 高齢者の痛みと不動との関連および対策

高齢者には加齢に伴う慢性の痛みが多く、60歳以上の地域住民の25～60%に見られ、若年群の5倍に達するとされている。高齢者がこれら痛みのために不動になると、体力や気力、生活動作能力が低下し、介護が必要になってくる。そのため高齢社会における高齢者の痛みの問題は緊急に改善すべき課題である。この研究の目的は、介護保険制度の下にいる高齢者がどの程度の痛みを抱えており、痛みへの対応がどの程度なされているかの実態調査と、痛みがどの程度生活に影響しているか等、痛みと不動との関連性を明らかにすることである。

対象は要介護認定申請者（1050ケース）と介護老人保健施設入所者（79人）と通所者（113人）である。調査の結果、高齢者の愁訴率は申請者53.4%、入所者46.8%、通所者75.2%であった。痛みの発生部位は、背部・腰部・下肢において62.1%～68.9%を占め、日常生活行動の大部分を占める移動動作の制約になる可能性が高いことが示された。病名においては骨関節疾患と中枢神経疾患とで、申請者67.6%、入所者78.3%であった。これらの疾患は要介護期間を名が長引かせると捉えられているものである。また、痛みに対する医師の処置は、申請者29.2%、入所者35.1%、通所者87.7%あり、その内容は薬物療法が大部分であった。しかし、薬物だけでは痛みは治まらず、他の治療方法や対処方法が求められる。

また、痛みによる生活上の制約があった者は、入所者では43.1%、通所者では68.2%であった。しかし、痛みと不動との関連はあるものの、詳細は分からず、通時的な調査が必要である。さらに今後は、痛みはあるものの生活に支障がない高齢者を調査していくことによって、不動に陥らない手立てが発見できると考えられる。