

SL3

超高齢社会を見据えた未来医療予想図
ーフレイル予防から在宅ケアまでを俯瞰するー

いいじま かつや
飯島 勝矢

東京大学高齢社会総合研究機構 教授



超高齢社会に向かう中で、いかに自立状態を維持するかという健康増進～虚弱予防の視点、そして最期まで生き抜き、住み慣れた場所ですべてを過ごすケアの視点、この2つは重要であると同時に「一連」でもある。そこには低栄養を背景とし、「フレイル (Frailty : 虚弱)」及びその根底をなす筋肉減弱症(サルコペニア)という大きな問題があり、なかでも高齢者における食の安定性を改めて再考する必要がある。また、フレイル予防の視点から在宅療養までを俯瞰する形で、高齢者における『食力』というものに改めて再考すべき時が来ている。それを維持向上させるためには、従来の医薬～栄養連携の視点を今まで以上に強化するだけでなく、社会的側面からも含めた大局的な視点からアプローチすることが求められる。演者が仕掛けている大規模縦断追跡コホート調査の結果から、特にサルコペニアを軸とするフレイルの解析を行っていくと、早期の所見として社会性の低下や欠如、そして歯科口腔分野の軽微な機能低下や食の偏りも認められた。それを改めて『オーラルフレイル』として新概念を打ち立て、高齢者の食力を維持向上させるために、今まで以上に「総合的な機能論」でこだわっていくと同時に、社会性の虚弱(ソーシャル・フレイル)も含めた「多面的なフレイルへの一連のアプローチ施策」を各職能ごとにどのように再認識するのが大きな鍵になる。また、多剤併用(ポリファーマシー)とフレイルへのリスクも新たなエビデンスとして見えてきた。高齢期において従来のメタボ予防概念(カロリー制限)から上手く切り替えさせ、「社会性・栄養(食と歯科口腔)・運動」という三位一体に対して、顕著なフレイルになる前から意識変容を促す活動を推し進めていくべきである。そこには、我々専門職の臨床診療における「プロフェッショナルとしてのこだわりと連携」に加え、自治体行政の横の連携、元気高齢市民の活力を真の担い手とする機運の醸成、さらにはコミュニティー(まさに生活の場に近いところ)での健康増進～予防～ケアまでの一連の受け皿(基盤)構築も必要不可欠なのであろう。すなわち、コミュニティのり・デザインを推し進める時が来ている中で、まさに『総合知によるまちづくり』そのものに着手できるかどうか、そして各専門職がどのように向き合うべきなのか、皆で考えたい。

略歴

東京大学大学院医学系研究科加齢医学講座講師、米国スタンフォード大学医学部研究員を経て、現在、東京大学高齢社会総合研究機構教授。内閣府「一億総活躍国民会議」有識者民間議員にも就任。専門は老年医学、老年学(ジェロントロジー：総合老年学)、専門研究分野として、特に①フレイル予防、②全国の様々な自治体をフィールドとして課題解決型実証研究(アクションリサーチ)を基盤としたまちづくり、③在宅医療推進およびその大学卒前教育や多職種連携教育。

近著：「老いることの意味を問い直す ～フレイルに立ち向かう～」