

年齢別の介護要因
(厚生労働省国民生活基礎
調査(2010年)から)

知症、転倒・骨折が増

カ」です。

て、即

脳卒中 衰弱(フレイル) 転倒・骨折 認知症 その他



⑥ 要介護とフレイル

人生100年時代の

健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

これまで、フレイルについて、あるいは、フレイルが進むと要介護になると説明しまし

加します。フレイルは転倒・骨折の原因にもなりますから、介護要因としてのフレイルの重要さが分かります。そのほかの原因には、心臓病や呼吸器疾患、糖尿病、関節疾患などが含まれます。

高齢化が急速に進んでいる超高齢社会のわが国においては、フレイルがらみの要介護者が急激に増えていま

た。今回は、要介護状態になる原因にはどのようなものがあるかを紹介します。

要介護になる要因は、年齢によって大きく異なります。少し古い統計になりますが、2010(平成22)年に

行われた国民生活基礎調査の結果を図で紹介します。

年齢を、65歳から5歳刻みに90歳以上まで分けて、要介護になった原因を示したものです。70歳未満での介護要因は圧倒的に脳卒中(脳梗塞や脳出血など)ですが、その後、脳卒中の割合は減少し、代わりに75歳からフレイルが急激に増加し、認知症、転倒・骨折が増

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部

保健・福祉

「食