

日本心血管理学療法学会「COVID-19 関連情報特別チーム」
海外の専門情報

No.15

調査者	小川 明宏、齊藤 正和、加藤 倫卓
情報ソースの刊行日	2020年4月8日
情報ソースの調査日	2020年4月20日
日本理学療法士学会 HP に公開された日	2020年4月29日
日本語タイトル	2つのパンデミックの物語:COVID-19と身体不活動と座りがちな行動の世界的な傾向は、相互にどのように影響するか？
情報ソース	Grenita Hall , Deepika R. Laddu , Shane A. Phillips , Carl J. Lavie , Ross Arena. A tale of two pandemics: How will COVID-19 and global trends in physical inactivity and sedentary behavior affect one another? Prog Cardiovasc Dis. 2020 Apr 8; S0033-0620(20)30077-3.
情報のカテゴリー	生活期の心リハ
発信地域	北アメリカ(アメリカ)
DOI	10.1016/j.pcad.2020.04.005.
URL	https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32277997/?from_term=COVID19+cardiovascular+physical+activity&from_pos=2
要約	<ul style="list-style-type: none"> COVID-19のパンデミックは、身体不活動パンデミックもしくは座りがちな生活パンデミックを招く。 COVID-19のパンデミックに伴う行動制限は、外来心臓リハビリテーションや公共運動施設利用の中止を長期化することになり、身体不活動や座りがちな生活に伴う問題を深刻化する可能性がある。 一方、自宅周辺での4000歩/日程度の身体活動は、長期的な健康維持に対して有用である。 元々、身体不活動の症例では、自主的な身体活動量の維持が困難なため、健康的な身体活動を含めた包括的な管理を支援するためのコミュニティの確立が重要である。
最も注目するポイント 理学療法にどのように役立つか？	<ul style="list-style-type: none"> COVID-19 拡大予防を目的とした行動制限のため、身体不活動や座りがちな生活が遷延することで、慢性疾患の増悪や健康障害が惹起する可能性がある。 自宅周囲での身体活動の維持、増進を含めた健康的な生活行動の指導や支援が励行されるべきである。