

海外情報

No.18

調査者	加茂智彦
情報ソースの刊行日	2020年4月29日
情報ソースの調査日	2020年5月6日
日本理学療法士学会 HP に公開された日	2020年5月8日
日本語タイトル	COVID-19 パンデミック中におけるフレイル高齢者のための身体活動の重要性
情報ソース	Journal of the American Medical Directors Association
情報のカテゴリ	予防 身体活動
発信地域	カナダ
DOI	DOI: https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.04.022
URL	https://www.jamda.com/article/S1525-8610(20)30353-4/fulltext
要約	<p>ヨーロッパでは身体活動が劇的に減少しており、2020年3月15日～22日の間の歩数が7~38%減少したと報告している。</p> <p>COVID-19による制限ではあるが、高齢者を守るための社会的・身体的距離を離すことが高齢者の身体機能・メンタルヘル스에悪い影響を与えている。</p> <p>病院や長期療養者の資源に応じて、COVID-19 パンデミック時のベッドレストや不働の影響を避けるために、特別な材料を使わず、ノート、テレビ、ビデオ、インターネットビデオを使用した、シンプルで適した多くの身体活動プログラムがある(例えば、SPRINT; MATCH Vivifrail; LaterLifeTraining; Go4Life, MOVE など *すべて英語)。</p> <p>筋力、バランス、歩行運動など毎日の簡単であり、かつ適した身体活動は、COVID-19 パンデミック中のフレイル高齢者のためのケアにおける最良の解決策として考慮されるべきである。</p>
最も注目するポイント 理学療法にどのように役立つか?	<p>COVID-19による社会的・身体的距離を離すことは高齢者の身体機能やメンタルに悪影響を及ぼすこと。</p> <p>その解決策が英語ではあるが多数紹介されている。</p>