

人生100年時代におけるロコモティブシンドローム
—現状と課題—中村 耕三¹ 田中 栄² 吉村 典子³

人生100年時代へ向けての新しい人生の過ごし方、戦略の必要性が提唱されている。先進国を中心に長寿化が進んでおり、日本では、2007年生まれの子ども半数が107歳まで生きるとの予測がある。これまでの「子ども」と「大人」の2つのステージに「退職者」のステージが加わった（リンダグラットン、アンドリュースコット、2016）。退職者を高齢者と読み替えれば、整形外科におこっていることが理解できる。日本での長寿化は世界に類を見ない速度で起こっており、不連続な変化とも言える。

整形外科の患者は高齢者が圧倒的に多い。80歳台、90歳台以上にもニーズがある。疾患では、変形性関節症、変形性脊椎症、骨粗鬆症関連の骨折が頻度上位を占める（日整会新患調査、2012）。併存する骨脆弱性や筋力低下（サルコペニア）、多発関節障害等により、「高齢者」に「大人」対応の治療法そのままは適応できない。こうして急性期病院での治療後の自宅退院を困難にすることの大きな要因が移動機能の障害となっている。新たな体系を検討しなければ、社会ニーズに応えることができない。

骨粗鬆症対策として10歳台での骨量増加の時期の運動の重要性はよく知られている。軟骨についても成長期の適切な運動は関節軟骨の厚みを増加させるとの報告もある。運動器の健康を考えるには小児期も含めた予防対策が重要で、学校保健における運動器検診開始は運動器の健康にとり大きな進展である。

ロコモは運動器の障がいによる移動機能の低下のことで、予防を含めた概念である。高齢者対策の重要性はもちろんであるが、成長期から大人、高齢者も含めた、運動器推進を進める考えである。人生100年時代という急激な変化を迎え、整形外科とは何か、整形外科医のひとりひとりが考える必要がある。