

地域在住高齢者における足部痛に関する研究—有訴率および転倒恐怖感との関連—

Foot pain among community-dwelling elderly: prevalence and association with fear of falling

1K10C056-4
主査 岡浩一郎 先生

居村和香
副査 鳥居俊 先生

【背景・目的】

本邦では人口の高齢化が進行し、社会保障関連費の増加が問題となっている。高齢社会白書によると、日本の人口の平均寿命と健康寿命の差は、2010年時点で、男性が9.13年、女性が12.68年となった。介護保険費用の増加を抑制するためには、介護が必要となった主な原因である、脳血管疾患、認知症、老年症候群を予防、改善することによって、健康寿命を延伸することが重要であると考えられる。脳血管疾患、認知症、老年症候群のすべてにおいて、身体活動の増加が予防、改善に有効である可能性があることが明らかにされている。したがって、高齢者の身体活動を増加させることが重要である。

高齢者の身体活動の増加にあたって、運動器の慢性疼痛が問題となっている。運動器疼痛があると身体活動が抑制されるという研究結果が報告されている。膝や腰の慢性疼痛に関する先行研究は多いが、日本人の足部の慢性疼痛に関する研究は認められなかった。また、転倒恐怖感も身体活動を妨げる要因として問題となっている。そこで、本研究では、日本人の高齢者の足部痛に注目し、有訴率および転倒恐怖感との関連について明らかにすることを目的とする。

【方法】

調査は千葉県松戸市に居住する65歳から85歳までの在宅自立高齢者、男女3000人を対象とし、自記式の質問紙によって行った。足部痛については、最近1ヶ月間に1日以上持続するような足部の痛みの有無に関して、4段階の選択肢からあてはまるものを1つ選択してもらった。痛みがあった場合には、足部の図を示して痛みのあった部位を全て選択してもらった。転倒に対する恐怖感については、4段階の選択肢からあてはまるものを1つ選択してもらった。また、10種類の日常生活動作について転ばずにやり遂げる自信の程度について10段階の選択肢からあてはまるものを選択してもらい、「まったく自信がない」を0点、「完全に自信がある」を10点として10種類の動作に対する点数を合計したものを転倒セルフ・エフィカシーの点数とした。

統計学的分析はSPSS21を使用し、有意水準は5%とした。足部痛の有無と性別との関連については χ^2 検定、足部痛の強度と転倒に対する怖さの程度あるいは転倒セルフ・エフィカシーとの関連についてはSpearmanの順位相

関係数を用いて分析を行った。

【結果】

男女の足部痛有訴率を比較すると、「軽い痛みがあった」、「中くらいの痛みがあった」、「強い痛みがあった」と回答した人数の割合はすべて男性よりも女性のほうが高かった。足部痛の有無と性別の間に関連を認めた($P=0.003$)。足部痛の部位については、男女ともに母趾に痛みのある人の割合が特に高かった。年齢と足部痛有訴率の間には、関連を認めなかった。

足部の痛みと転倒に対する怖さについては、弱い正の相関が認められた($r=0.151$, $p<0.000$)。足部痛の強度と転倒セルフ・エフィカシーの関連については、弱い負の相関が見られた($r=-0.201$, $p<0.000$)。

【考察】

女性の足部痛有訴率のほうが高く、母趾に痛みのある場合が多かったことから、女性に多く発症するとされ、母趾の痛みを伴うことのある、外反母趾が足部の痛みの原因の1つであることが推測される。

足部痛の強度と転倒恐怖感および転倒セルフ・エフィカシーとの弱い関連が認められた。今後は縦断的に調査を行い、足部痛と転倒恐怖感、転倒セルフ・エフィカシーの因果関係を明らかにすることが必要である。

女性は一般的に筋、腱が男性と比べて弱く、ハイヒールや先の細い靴を履く機会が多いため、足部痛が起りやすいと考えられる。したがって、女性の足部痛の予防、改善が重要であることが考えられる。

今後は、縦断的な調査を行い、足部痛と転倒恐怖感等との因果関係を明らかにするとともに、足部痛を有する高齢者に対する支援方法の確立に向けて研究を進めていく必要がある。

【結論】

地域在住高齢者において、有意に男性よりも女性に多く足部痛が見られた。足部痛と年齢の間に関連は認められなかった。足部痛と転倒恐怖感および転倒セルフ・エフィカシーの間に弱い相関が見られた。

本研究において、足部痛は女性に多いこと、足部痛と転倒恐怖感および転倒セルフ・エフィカシーの間に関連があることが明らかとなった。