

# 骨関節系の疾患とは



平成24年度の国民生活基礎調査によると、介護が必要となった主な原因は、脳血管障害(18.5%)、認知症(15.8%)、高齢による衰弱(13.4%)によるものが上位3位ですが、要支援者だけでは関節疾患(20.7%)、次いで高齢による衰弱(15.4%)となっており、骨関節系の疾患が多くを占めています。要介護においても一定の割合で骨関節系の疾患がみられており、福祉用具専門相談員や介護支援専門員にとって骨関節系の疾患は身近な疾患といえます。

骨関節系の疾患は、運動器の障害を生じます。運動器は、骨、筋肉、関節、神経などから構成され、脚、腕、手、足、頸、体幹などにある関節の動きを担っています。

## 代表的な疾患としては…

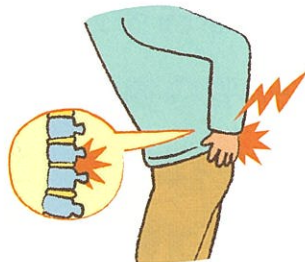
- ① 骨の脆弱化を呈す骨粗しょう症やその結果の骨折。



- ② 関節軟骨の変性である下肢の変形性関節症や関節リウマチを含む関節炎。



- ③ 脊髄神経の入れ物としての脊椎の変性である腰部脊柱管狭窄症や頸椎症性脊髄症。



- ④ 筋・神経系の機能低下である長期臥床後の廃用症候群など。



### コラム1: 運動器不安定症と運動器症候群(ロコモティブシンドローム)

高齢化によりバランス能力及び移動歩行能力の低下が生じ、閉じこもりや転倒リスクが高まった状態を運動器不安定症、運動器の障害により歩行や日常生活に何らかの障害をきたしている状態を運動器症候群として治療と予防の対策の必要性が指摘されています。

## 環境を整えて転倒を防止する



玄関マットレスなどの裏面に滑り止め加工が行われている物を選択する、電気のコードが足に引っかからないように整理するなど歩行時の転倒予防に配慮します。

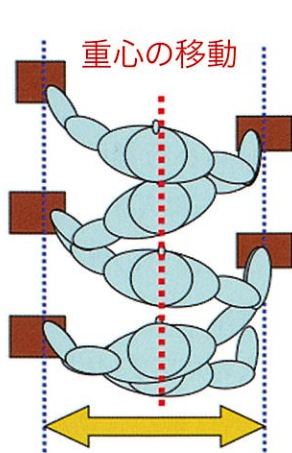
また、風呂や起床時の脱衣は、何か掴まる物がある場所で行うことや椅子に座って行うこと、とくに靴下などの着脱は座って行うことが大切です。日常の着替えが収納されている箆笥の近くに、座るための椅子やベッドを配置するなど、環境を整えます。

加齢とともに白内障などにより視覚能力が低下し、とくに暗い場所では段差、壁と同色の手すりなどに気付きにくくなります。危ないと思われる場所に照明があてるか、コントラストによる違いを出して気付きやすいよう配慮します。



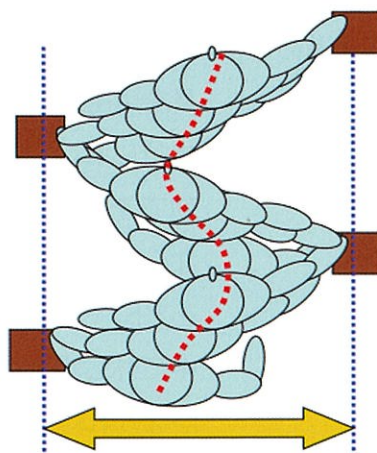
### コラム3: 伝い歩きに対する環境整備の支援例

手を伸ばせる範囲が狭い人



左右への重心移動が苦手

手を伸ばせる範囲が広い人



ある程度の重心移動ができる  
(2、3歩手放しできる等)

家具の利用も環境整備の一つです。軽く触れる程度で歩行が安定するならば、テーブルや椅子などを配置しては、その際手をどこまで伸ばせるか考えてみよう。その人がバランスを崩さない範囲に物を配置することが大切です。