

今月の

用語

## 隣に伝えたい 新たな言葉と概念

### 【フレイル】

- 英 frailty
- 和 フレイル
- 類 虚弱, 老衰

#### 【用語解説】

フレイルとは「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」をあらわす“frailty”の日本語訳として日本老年医学会が提唱した用語である。従来“frailty”には、「虚弱」あるいは「老衰」といった訳語が充てられてきたが、改善の見込みが残されている状態が少なくない。そこで、「虚弱」や「老衰」からうける悲観的な印象を避けるべく、2014年5月、新たに「フレイル」とされた。今日、フレイルについて世界的に統一された概念は存在しないが、日本老年医学会は介護予防を視野に可逆性を重視する立場から、フレイルは健常状態と要介護状態の中間的な段階として位置付ける考え方を取った。その主な危険因子として、偏食や運動不足などの生活習慣、疼痛、難聴、ポリファーマシーなどの身体的因子、意欲低下、抑うつなどの心理的因子、配偶者のフレイルなどの環境因子、生活習慣病や心血管疾患などの疾患が知られている。その診断方法として、わが国では Cardiovascular Health Study (CHS) 基準をもとに、体重減少、筋力低下、疲労感、歩行速度、および身体活動低下の5つを評価項目とした日本版 CHS 基準 (J-CHS) が提唱され、3項目以上が該当した場合にフレイルとされる。フレイルは、要因に対する適切な介入により、改善が期待できる状態であり、超高齢化社会を迎えた我が国において、特に周知されるべき重要な概念といえよう。最後に、ポリファーマシーなどによる医原性のフレイルは厳に回避すべきものであり、医療者側の十分な理解と情報の共有化等によるシームレスな診療体制の構築が必要となっていることを強調したい。

その他必要事項（本用語とつながりの深い専門分野、関連学会など）：

専門分野：老年医学，老年看護学

関連学会：日本老年医学会，日本老年看護学会など

参考図書：フレイル診療ガイド2018年版（編集主幹：荒井秀典，日本老年医学会発行，2018年）

（国立長寿医療研究センター 徳田 治彦）  
本誌74p に記載