

高齢者の栄養評価のピットフォール

飯塚祐美子[†] 前田篤史 岡村和彦2021年10月23日～
11月20日WEB開催

IRYO Vol. 77 No. 4 (247–250) 2023

要旨

わが国では高齢者人口が増加し、健康寿命の延伸が課題となっている。フレイルとは「加齢にともな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」である。フレイル高齢者は、軽度な感染症、小手術などの些細なストレスにより、その原因に見合わないほど大きな健康変化の危険があり、医学的な介入の際にも十分な配慮が必要と考えられている。フレイルの重要な点は、状態の改善が見込まれる可逆性を有する点であり、適切な介入により予防や回復が期待できることである。とくに低栄養は重要な介入ポイントと考えられ、高齢者の栄養評価の主目的は、低栄養・リスクを発見し介入することにある。高齢者の栄養評価では、血液検査値・身体測定や質問票を用いたアルゴリズムに沿って栄養状況を把握する。しかし、フレイル高齢者において、低栄養・食欲不振に至るまでの過程には多面的な問題が根底に存在している。さらに、高齢者では人生の終末期（End of life: EOL）への対応も課題である。本稿では、国立長寿医療研究センターにおけるNST（栄養サポートチーム）での栄養評価と介入事例を紹介するとともに、私たちは何を評価し管理栄養士として何ができるのかを考えたい。

キーワード：高齢者、フレイル、エンドオブライフ、NST

はじめに

国立長寿医療研究センター（当センター）は愛知県大府市にあり、老年内科や専門外来としての忘れセンター、ロコモフレイルセンターを有した高齢者医療に特化した病院である。2021年4月–9月の入院患者の平均年齢は80.4歳で、栄養評価の実施対象者は高齢者が中心である。近年、フレイルという言葉が注目を集めている。フレイルは加齢にともな

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指す。フレイル高齢者は、軽度な感染症、小手術などの些細なストレスにより、その原因に見合わないほど大きな健康変化の危険があり、医学的な介入の際にも十分な配慮が必要と考えられている。日本人の食事摂取基準や、糖尿病をはじめとした生活習慣病の疾患治療のガイドラインではフレイルを考慮しての管理目標が設定されたことは記憶に新しい。フレイルの重要な点は、状態の改善が

国立長寿医療研究センター 栄養管理部 管理栄養士
著者連絡先：飯塚祐美子 国立長寿医療研究センター 栄養管理部
〒474-8511 愛知県大府市森岡町7-430

e-mail: iizuka-rd@ncgg.go.jp

(2022年2月8日受付 2023年8月4日受理)

Pitfall of Nutritional Assessment on the Elderly

Yumiko Iizuka, Atsushi Maeda and Kazuhiko Okamura,

National Center for Geriatrics and Gerontology, Nutrition Management

(Received Feb.8, 2022, Accepted Aug.4, 2023)

Key words: geriatric nutrition, frail, end of life care, nutrition support team