NewsLetter

日本サルコペニア・フレイル学会
Japanese Association on Sarcopenia and Frailty

第8号 2018.6

『フレイル診療ガイド2018年版』の発刊

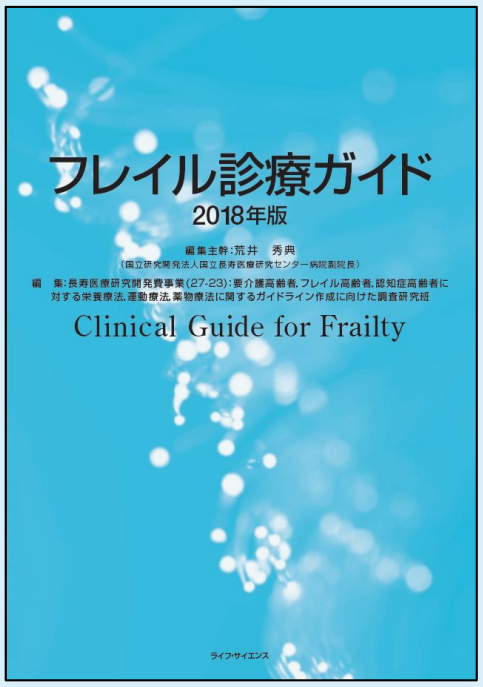
超高齢社会の到来により、健康長寿社会の実現に向けた対策が重要な課題になっている。その中で、フレイル高齢者に関する問題は、行政の予防対策から日常の高齢者診療に至るまで幅広い領域で注目を集めている。フレイルが関心の高い領域になっていることを踏まえ、これまでに蓄積されたエビデンスを整理する必要性が指摘されてきた。

日本サルコペニア・
フレイル学会認定指導士
制度委員会 委員長
国立長寿医療研究センター
佐竹　昭介

このような背景に基づき、長寿医療研究開発費事業として、フレイルに関する診療ガイドラインの作成を行うことになった。この事業は、「フレイル」という用語を提唱した日本老年医学会と、研究事業を直接サポートする国立長寿医療研究センターの支援により実施された。ただし、事業としての時間的な制約のため、標準的なガイドライン作成手順に従っていないことから「フレイル診療ガイドライン」ではなく、「フレイル診療ガイド」としている。

本書は、フレイルに関する診療上の疑問（クリニカル・クエスチョン CQ）を38問設定し、「第1章 フレイルの定義・診断・疫学（CQ1～5）」、「第2章 フレイルに関する概念（CQ6～13）」、「第3章 フレイルの予防・対策（CQ14～17）」、「第4章 各疾患とフレイル（CQ18～38）」の4つの章立てからなっている。巻末には、CQごとのアブストラクトテーブルを付記しているため、これまでの研究報告をテーマごとに概観することができる。

本書は、外科や腫瘍学の領域におけるCQが少ないなどさまざまな課題も抱えているが、これまでの知見の整理を行う上で、フレイル高齢者に関わるスタッフの一助になれば幸いである。



第5回日本サルコペニア・フレイル学会大会開催と演題募集のご案内

会期
2018年11月10, 11日
場所
東京 御茶ノ水ソラシティ
カンファレンスセンター

2018年11月10日～11日、東京・御茶ノ水ソラシティにおいて、第5回日本サルコペニア・フレイル学会大会を開催いたします。今回の大会のスローガンは「フレイル研究のさらなる飛躍　-From Bench to Community-」です。サルコペニア・フレイルの診療ガイドラインやオーラルフレイル、サルコペニア・フレイル指導士等の最新のテーマから、栄養やロコモ、二次性サルコペニア等のお馴染みのテーマに至るまで、魅力的なスピーカーによる多彩なシンポジウムや講演を企画しております。

また、現在、一般演題を募集しております。基礎、臨床、地域と、様々な角度からのサルコペニア・フレイル研究のご応募を期待しております。お一人でも多くの方にご参加いただき、思う存分議論し、熱い想いを分かち合えることを、心より楽しみにしております。11月の御茶ノ水にて、皆様のご参加をお待ちしております。

第5回日本サルコペニア・
フレイル学会大会長
東京大学 高齢社会総合研究機構　教授
飯島　勝矢

ICFSR2018の参加報告と来年の開催案内

日本サルコペニア・
フレイル学会 代表理事
国立長寿医療研究センター
病院長
荒井　秀典

2018年のInternational Conference for Frailty and Sarcopenia Research (ICFSR)は米国フロリダ州のマイアミビーチで3月1日から3日までの3日間の日程で開催されました。今回の基調講演はコロンビア大学のLinda Fried博士で、ICFSR Lifetime Achievement Awardを受賞されました。Fried博士は、フレイルに関する先駆的な研究のために国際的に認められていますが、なかでも2001年のフレイルに関する論文は、9000回以上引用されています。この論文では、フレイルの定義として最も使われているWeakness、Slowness、Weight loss、Exhaustion、Low physical activityの5つの項目を提唱し、これらの中で3つ以上ある状態とフレイルとしました。Fried博士はその後もフレイルの研究に貢献し､多くの論文を発表してきましたが、今回の基調講演ではこれまでのフレイル研究を振り返るとともに今後の展望までを示していただきました。本学会では、さらに5つの基調講演、9回のシンポジウム、13回のミニカンファレンス、60の口頭発表、200件以上のポスターがあり、フレイル､サルコペニアに対する幹細胞治療などの新規治療やバイオマーカーなどについての最新知見が示されました。私は本学会のサルコペニア診療ガイドラインを紹介する講演を行いました。次回のICFSRは2019年2月20日から22日まで前回同様マイアミビーチで開催予定です。是非とも参加してください。

第4回ACFSの開催案内

昨年ソウルで開催されたAsian Conference for Frailty and Sarcopenia (ACFS)ですが、次回は、2018年10月20日、21日中国の大連で開催されます（http://big.bjhmoh.cn/2018/index.htmls）。フレイル、サルコペニアに関する基礎的なシンポジウムから、ガイドライン、予防、治療まで幅広い分野でシンポジウムが企画されています。すでに演題募集は始まっており、締め切りは8月17日ですので、ふるってご応募いただきますようお願いいたします。

サルコペニア･フレイル指導士研修会参加記

本年度１回目のサルコペニア・フレイル指導士研修会が、2017年5月20日国立長寿医療センターで開催されました。サルコペニア・フレイル指導士制度は、国民の健康長寿および地域包括ケアを支援する上で必要不可欠な心身の機能評価を包括的に実施し、その結果に基づいた適切な指導を行える人材を育成し、国民の自立支援に貢献することを目的として発足しました。そして、高齢者などの心身機能を包括的に評価し、自立障害を来しうる要因について一定の水準をもって助言の行える本学会員のうち、十分な臨床経験を有するメディカルスタッフを、サルコペニア・フレイル指導士として認定することになりました。

はじめに佐竹昭介先生による指導士制度と本研修会の概要説明があり、今後、サルコペニア・フレイル指導士を目指す方には重要な確認事項となりました。（サルコペニア・フレイル指導士制度詳細については学会ホームページを参照）

京都民医連第二中央病院
リハビリテーション部
黄　啓徳

講義では、サルコペニア・フレイルの定義や評価、基礎内容の確認、現段階での運動や栄養などによる対策方法の紹介がありました。後半では実習として高齢者の疑似体験がありました。手足に重錘を巻いたり、関節を固定したりして参加者が擬似の高齢者となって、２ステップテストや５ chair stands、タンデム立位テストをペアで体験しました。

サルコペニアやフレイルの初学者にもわかりやすい内容となっており、ある程度学習されていた方にも知識の再確認の研修会だとと思いました。本年度はあと２回の研修会を予定しています。多くの方にサルコペニア・フレイル指導士を目指していただきたいと思います。

研修テーマと担当講師紹介

・サルコペニア・身体的フレイルについて
　佐竹 昭介先生（国立長寿医療研究センター 老年内科）
・サルコペニア・ロコモ・フレイルの栄養対策
　下方 浩史先生（名古屋学芸大学大学院 栄養科学研究科）
・サルコペニア・ロコモ・フレイルの運動療法とリハビリ
　島田 裕之先生（国立長寿医療研究センター 予防老年学研究部）
・身体機能評価法＋高齢者擬似体験（実習）
　山田 実先生（筑波大学大学院 人間総合科学研究科）

今後のサルコペニア・フレイル指導士研修会の予定

・2018年7月８日　東京（申し込み締切）
・2018年11月18日　大阪（9月1日申し込み開始）

第10回　International Conference on Cachexia, Sarcopenia & Muscle Wasting参加記

聖マリアンナ医科大学
横浜市西部病院
循環器内科
鈴木　規雄

2017年12月8~10日にイタリア・ローマで10th International Conference on Cachexia, Sarcopenia & Muscle Wastingが開催されました。10回目という節目の開催になった今回は、2日間の会期だった前年の大会よりも1日長く開催され、一般演題としてポスターセッションの演題数も前年より約2倍の248題に上りました。オーラルプレゼンテーションが3会場で並行して行われ、加えてポスターセッションのスペースが設けられました。

一般演題は、日本から合計9題の発表がありました。一般演題の中から一部のみRapid Fire Abstract Sessionとしてオーラルプレゼンテーションに選ばれ、日本からは唯一、小西正紹先生(横浜市立大学附属市民総合医療センター)が発表されました。セッション名の通り、簡潔明瞭なプレゼンテーションに加え、質疑応答にも迅速かつ的確に対応をされていました。

SCWDとESPENのジョイントセッションでは、悪液質における低栄養を考える上で、低栄養の診断基準を明確化していく事の重要性や、その上でお互いのディスカッションの機会を設けることの必要性などについて議論されました。悪液質と低栄養はいずれも体重減少をきたすため、それぞれの解釈についてしばしば混同さますが、”悪液質＝低栄養”という一対一の関係ではないことが強調されていました。悪液質はあくまでも慢性疾患によって生じる病態であり、体重減少はあくまでも悪液質と低栄養の共通の特徴であるということ、そして栄養療法だけが主たる治療ではないことに注意喚起がなされていました。

その他、悪性腫瘍をはじめとした悪液質における骨格筋量減少や筋力低下に対する介入、アプローチに関するセッションも複数ありました。全体を通して、癌悪液質に対する介入は骨格筋量を増やすことだけが目的では無く、骨格筋の”質”や身体機能を改善させることが重要であることが強調されていました。運動療法としてレジスタストレーニング単独ではなく持久性トレーニングも組み合わせることや、ICUAWの対策も含め身体機能や認知機能、QOLの改善や維持のため早期よりリハビリテーションを行う必要性が改めて確認されました。一方、薬剤による介入として、enobosarmやanamorelinはいずれも第Ⅲ相試験で進行がん患者の骨格筋量増大に一定の効果が示されたものの、機能的改善効果が証明されていないことが薬剤承認の支障となっている例が挙げられていました。このように、治療介入の先にあるものが、いわゆる患者立脚アウトカムを含んでいるか否かが非常に重要であることを再認識しました。

次回も同様に3日間の会期で、2018年12月７～9日にオランダのマーストリヒトで開催予定です。

小西正紹先生(横浜市立大学附属市民総合医療センター)の発表

日本肥満学会/日本サルコペニア・フレイル学会「サルコペニア肥満」合同ワーキンググループの発足

サルコペニア肥満とは肥満とサルコペニアの両者を兼ね備えた状態であると理解されています。しかしながら、実際には日本肥満学会の定義による肥満と、本学会が推奨するAWGSのサルコペニア診断基準を兼ね備えた“サルコペニア肥満者”はほとんど存在しません。また、サルコペニア肥満の定義や診断基準も定まっていません。しかしながら、サルコペニア肥満に関する研究は数多く報告され、マスコミを通じては独自のサルコペニア肥満判定基準が流布される状況にあります。

サルコペニア肥満の研究・臨床の発展のためには診断基準の設定が必要です。昨秋、日本肥満学会と日本サルコペニア・フレイル学会のサルコペニア肥満合同ワーキンググループが立ち上がり、両学会によるコンセンサスを得たサルコペニア肥満の診断基準を検討することとなりました。

WGのコアメンバーとして両学会会員である、荒井秀典先生（国立長寿医療研究センター）、植木浩二郎先生（国立国際医療研究センター研究所）、日下部徹先生（国立病院機構京都医療センター）、真田樹義先生（立命館大学スポーツ健康科学部）、田村好史先生（順天堂大学国際教養学部）、山田実先生（筑波大学大学院人間総合科学研究科）、若林秀隆先生（横浜市立大学附属市民総合医療センター）に参画いただき、私（石井）が委員長を仰せつかりました。

コンセンサスに至るには、コアメンバーだけではなく両学会会員による十分な議論が不可欠です。2018年10月7日（日）には第39回日本肥満学会（神戸）において、合同ワーキンググループ立ち上げ記念シンポジウムが開催されます。本学会会員の皆様にも多数ご参加いただき、有意義なディスカッションができればと考えております。

サルコペニア肥満合同
ワーキンググループ委員長
同志社大学
スポーツ健康科学部教授
石井　好二郎

日本サルコペニア・フレイル学会誌への論文投稿募集

日本サルコペニア・フレイル学会誌（以下本誌）は、投稿論文を募集しています。サルコペニアやフレイルの研究や診療、教育、および社会貢献を促進することを目的とし、そのための議論の場を提供することができればと考えています。本誌では、サルコペニアやフレイルおよびその関連領域における基礎的、臨床的、疫学的研究を幅広い職種より受け付けています。原稿抄録は医学中央雑誌に掲載され、会員にはPDFとしてホームページより入手可能となります。これからますます注目される学会誌の1つです。皆様からの投稿を心より歓迎いたします。

http://jssf.umin.jp/pdf/regulationJJASF.pdf

日本サルコペニア・
フレイル学会誌編集委員長
熊本リハビリテーション病院
リハビリテーション科
吉村　芳弘

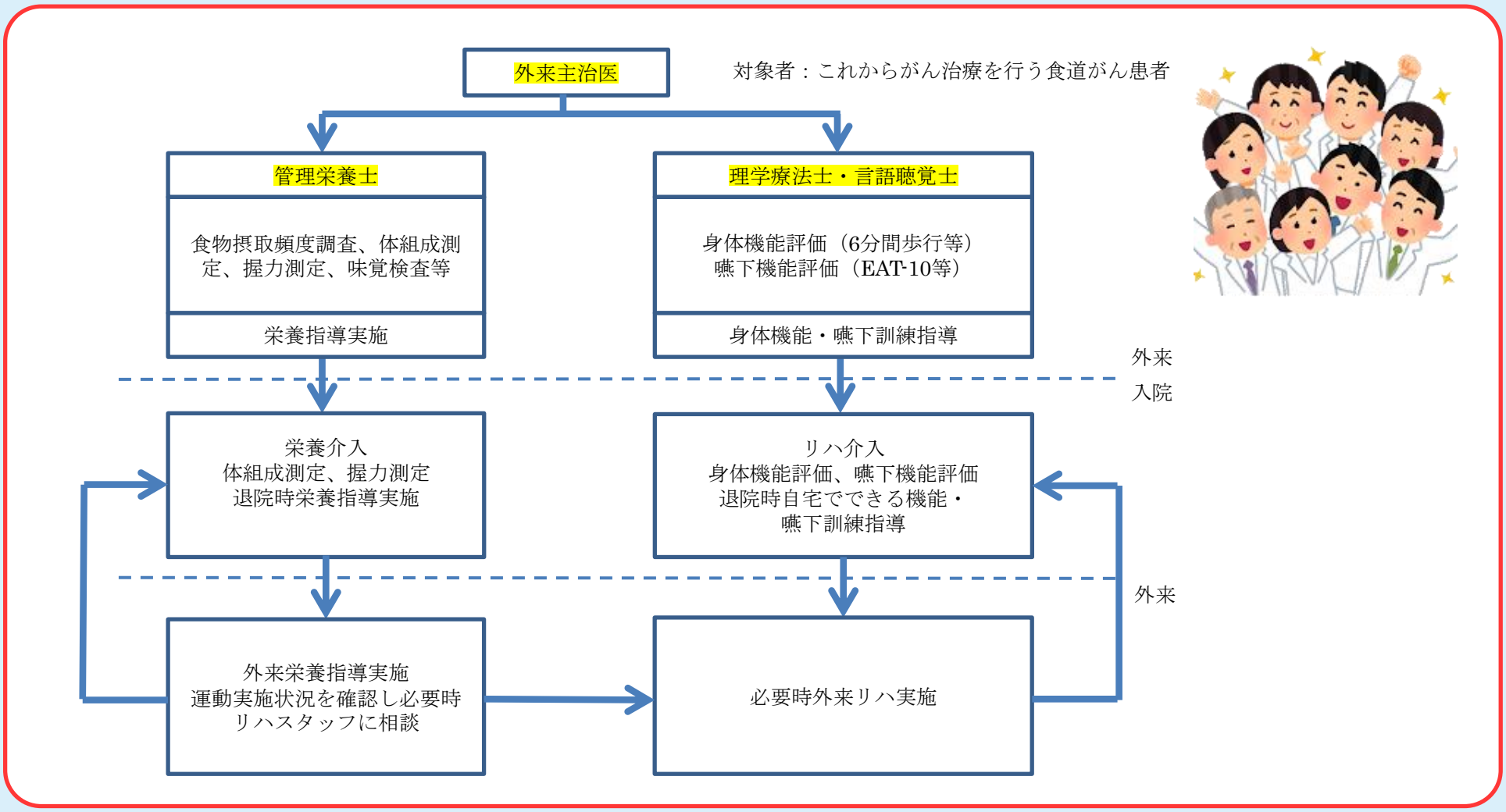
がん患者に対するサルコペニア対策～実践活動報告～

NTT東日本関東病院
栄養部
上島　順子

NTT東日本関東病院では、食道がん患者に対し、治療開始時からリハビリテーションスタッフ（以下リハ）と管理栄養士によるリハ栄養アプローチを実施しています。具体的には、以下の図に示す流れで介入しています。

私たちが重要視しているのは患者教育です。がん治療の低侵襲化に伴い、治療成績は向上し、治療後のQOLが重要視されています。サルコペニアは患者のQOLを低下させることは周知のことです。そのためサルコペニアにならないこと、栄養補給と運動を効果的に実施することが重要であると何度も患者に説明しています。

開始に際し、月1回持ち寄り型の勉強会を開催しました。がん治療やサルコペニアのエビデンスについて紹介し、知識の習得と実践方法について話し合いました。約1年間実施し、症例数は20名程度とまだ少人数です。しかし、術後サルコペニアになりつつも外来での継続的な介入によりサルコペニアから脱却できた症例も経験しました。今年度は病棟看護師の協力も得て、病棟にエルゴメーターを置き、患者の空き時間に運動を実施する事を検討しています。



論文紹介

『The Asia-Pacific Clinical Practice Guidelines for the Management of Frailty. 』

アジア太平洋地域のフレイル診療ガイドラインが、2017年に出版されました。フレイルは、要介護状態、脆弱性、死亡のリスクを高める個人の感受性を増加させる筋力低下および生理学的機能不全と定義されており、高齢者における主要な公衆衛生上の問題となっています。この診療ガイドラインは、高齢者のフレイルのスクリーニング、アセスメント、管理のためのアジア太平洋診療ガイドラインを開発することを目的としています。診療ガイドラインの推奨度は、強い推奨、条件付き推奨、推奨なしの3つのカテゴリーに分類されました。詳細は表に示す通りです。

この診療ガイドラインは単独で使用することを意図しておらず、医療従事者は個別化された治療に関する最良について、患者やその介護者と議論し決定することが推奨されています。世界的に高齢者の人口が急速に増加しており、フレイルの診断と管理が適切に行われることが必要となっています。これらの診療ガイドラインにより、医療従事者のフレイルの認識を改善し、フレイル高齢者のケアの質とアウトカムを向上することが期待されています。

浜松医療センター
栄養管理科
三浦　絵理子

The Asia-Pacific Clinical Practice Guidelines for the Management of Frailty. Dent E, Lien C, Lim WS, Wong WC, Wong CH, Ng TP, Woo J, Dong B, de la Vega S, Hua Poi PJ, Kamaruzzaman SBB, Won C, Chen LK, Rockwood K, Arai H, Rodriguez-Manas L, Cao L, Cesari M, Chan P, Leung E, Landi F, Fried LP, Morley JE, Vellas B, Flicker L. J Am Med Dir Assoc. 18(7):564-575. 2017

表 フレイル管理の診療ガイドライン

○強い推奨

1．妥当性が検証されたツールでフレイルを診断することが強く推奨される。
2．フレイル高齢者にはレジスタンス運動の要素を含む漸進的で個別的な身体活動プログラムを適用することが強く推奨される。
3．ポリファーマシーに対して不適切/不必要な薬物を減薬するか中止することでポリファーマシーに対処することが強く推奨される。

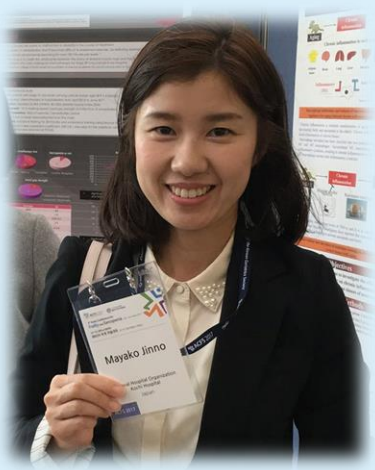
○条件付きの推奨

4．フレイル高齢者には易疲労感の原因をスクリーニングすることが条件付きで推奨される。
5．意図しない体重減少を示すフレイル高齢者には、可逆性のある原因をスクリーニングして、食品強化/たんぱく質エネルギー補給が考慮することを条件付きで推奨される。
6．ビタミンD が欠乏している人にはビタミンD を処方することが条件付きで推奨される。

○推奨なし

7．フレイル高齢者のための個別的な支援と教育計画の提供について、推奨なしとする。

書籍紹介

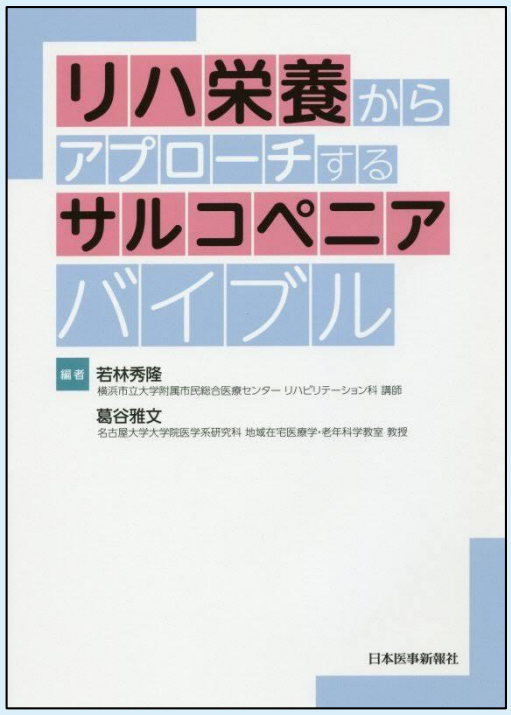


国立病院機構高知病院
リハビリテーション科
神野　麻耶子

若林秀隆・葛谷雅文編
『リハ栄養からアプローチする サルコペニアバイブル』
（日本医事新報社）

リハ栄養の質を上げてサルコペニアを改善する、研究と臨床における橋渡し的な書籍です。執筆者が研究、臨床の両分野から成されており、サルコペニアの概念・定義からサルコペニアに対する具体的なアプローチまで網羅されています。

最初にリハ栄養の理論とサルコペニアが概説されています。そして、サルコペニアとポリファーマシー、サルコペニア肥満の概念、オーラルサルコペニアなどが分かりやすく解説されています。さらに、臨床における疾患別のリハ栄養について症例を提示し、モデルケースとなる先駆的な取り組みを紹介しています。限界を感じることもある超高齢社会で、これまでの常識や思い込みにとらわれないしくみを構築する、イノベーションのきっかけになると感じました。



一般社団法人 日本サルコペニア・フレイル学会
E-mail：maf-jasf@mynavi.jp　HP：http://jssf.umin.jp/index.html
〒100-0003 東京都千代田区一ツ橋1-1-1　パレスサイドビル（株）毎日学術フォーラム内
TEL：03-6267-4550　FAX：03-6267-4555