

高齢期(75歳以上)における 健康課題

健康課題(フレイル以外)

生活習慣病の重症化

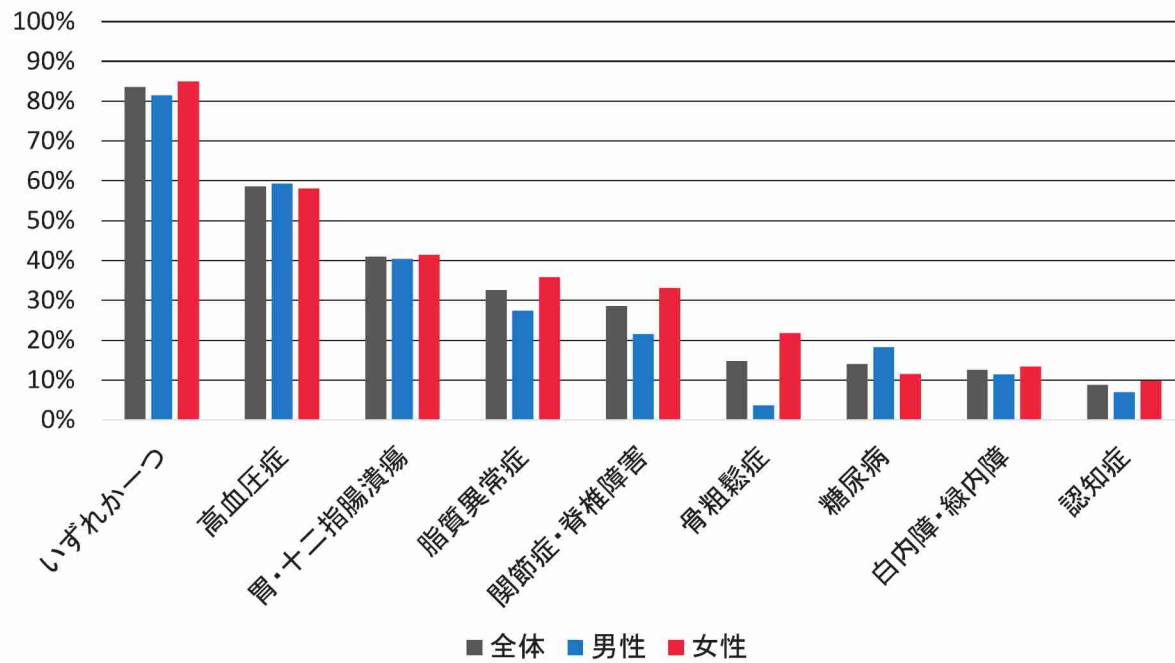
- 高血圧・糖尿病・高脂血症
 - 動脈硬化 → 動脈の血流低下・閉塞・破裂
 - 脳卒中(脳梗塞、脳出血)
 - 狭心症、心筋梗塞
 - 糖尿病合併症: 腎症、神経症、網膜症

老年症候群

- 失禁、転倒、低栄養、睡眠障害、軽度認知障害、筋力低下(歩行速度低下、握力低下)
- 「年のせい」、明確な疾病ではない、致命的ではない、治療困難

治療目標: 適切な管理を通じて、生活機能低下を防ぐ

疾患別治療患者の割合(有病率) 84%の後期高齢者はいずれかの慢性疾患を治療している

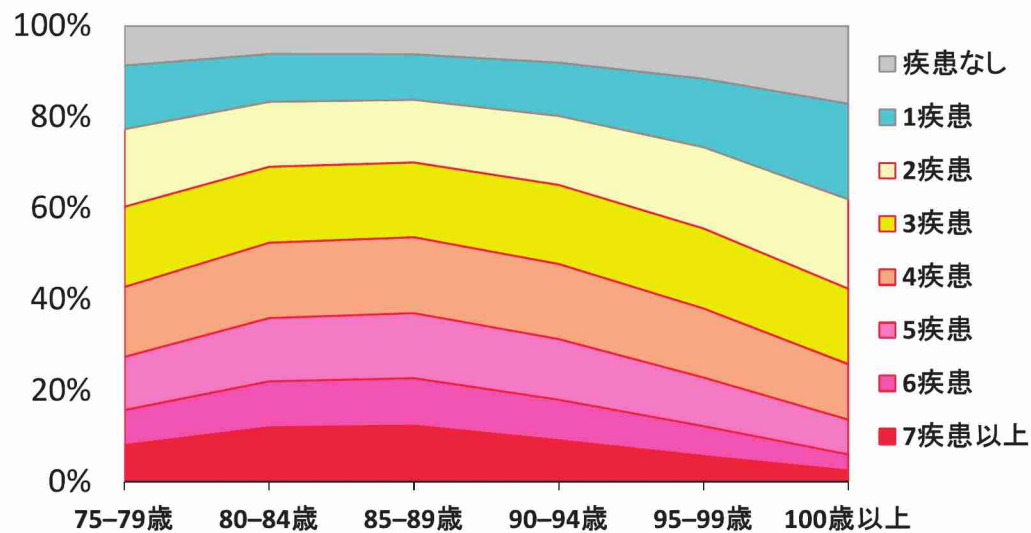


出典:平成26年度東京都後期高齢者医療広域連合「医療費分析等報告書」(一部改変)

年齢階級別にみた併存慢性疾患数 (N=1,311,116)

約8割が慢性疾患を2疾患以上併存(多疾患併存)
90歳以上で、併存疾患数が減少

東京都後期高齢者医療広域連合
匿名化済みレセプトデータ使用

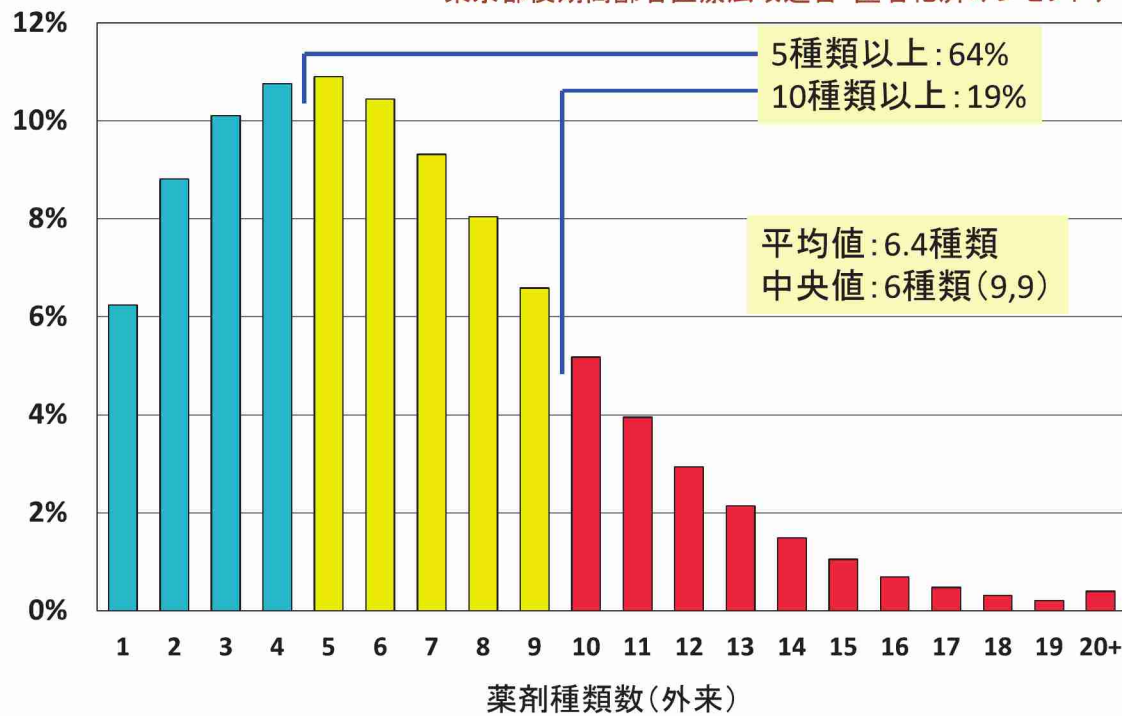


変形性関節症、脊椎障害、関節リウマチ、高血圧、骨粗鬆症、脂質異常症、潰瘍性疾患、糖尿病、認知症、白内障・緑内障、高尿酸血症、不眠症、うつ病、てんかん、パーキンソン病、鉄欠乏性貧血、排尿障害・前立腺肥大症、慢性閉塞性肺疾患、甲状腺機能低下症、心房細動、脳血管障害、冠動脈疾患、がん

Mitsutake S, Ishizaki T, Teramoto C, Shimizu S, Ito H. Preventing Chronic Disease 2019: E11.

処方薬剤数の分布 (n=1,094,199) 処方日数14日以上の内服薬に限定(2014年5月～8月診療分)

東京都後期高齢者医療広域連合・匿名化済みレセプトデータ使用

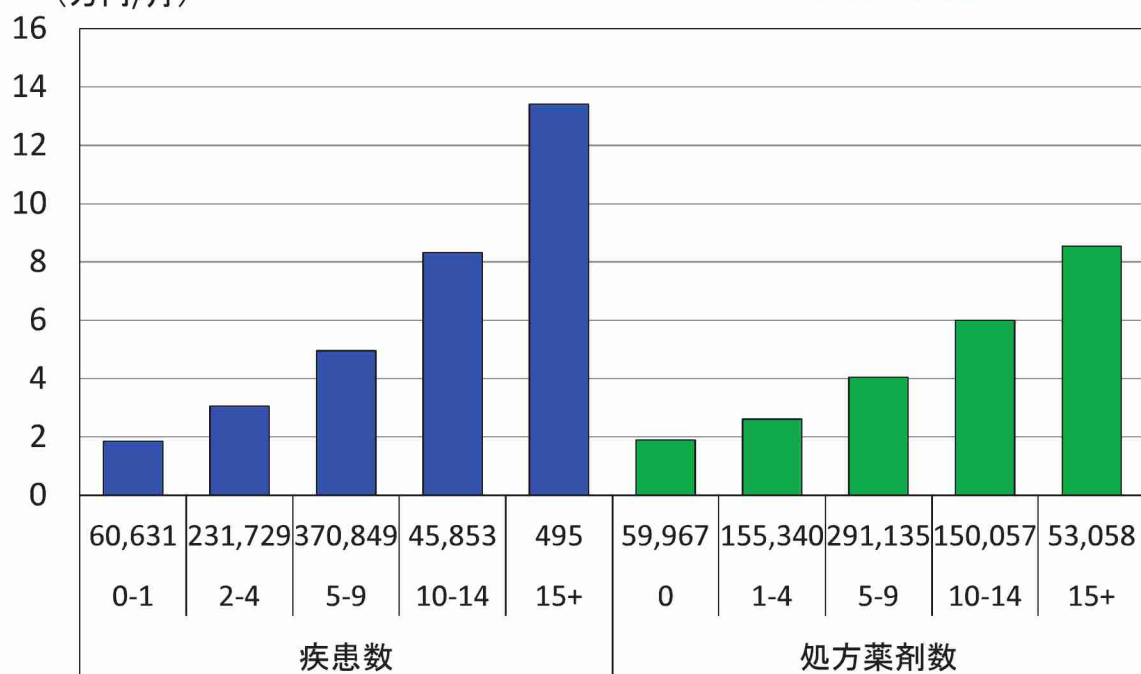


Ishizaki et al. Geriatr Gerontol Int 2020

疾患数・処方薬剤数と外来医療費(月額平均) (北海道・75歳以上の外来受診者71万人:2018年8月～10月)

データ: 北海道後期高齢者医療広域連合

(万円/月)



後期高齢者：その他の健康課題

- 複数の慢性疾患を併存～多病 (multimorbidity)

- 2疾患以上：80.3%、3疾患以上：64.7%
- 複数の医療機関を受診する者が多い
 - 1年間に1施設のみ(20.3%)、2施設(24.2%)、3施設(20.8%)、4施設以上(14.8%)、5施設以上(19.9%)

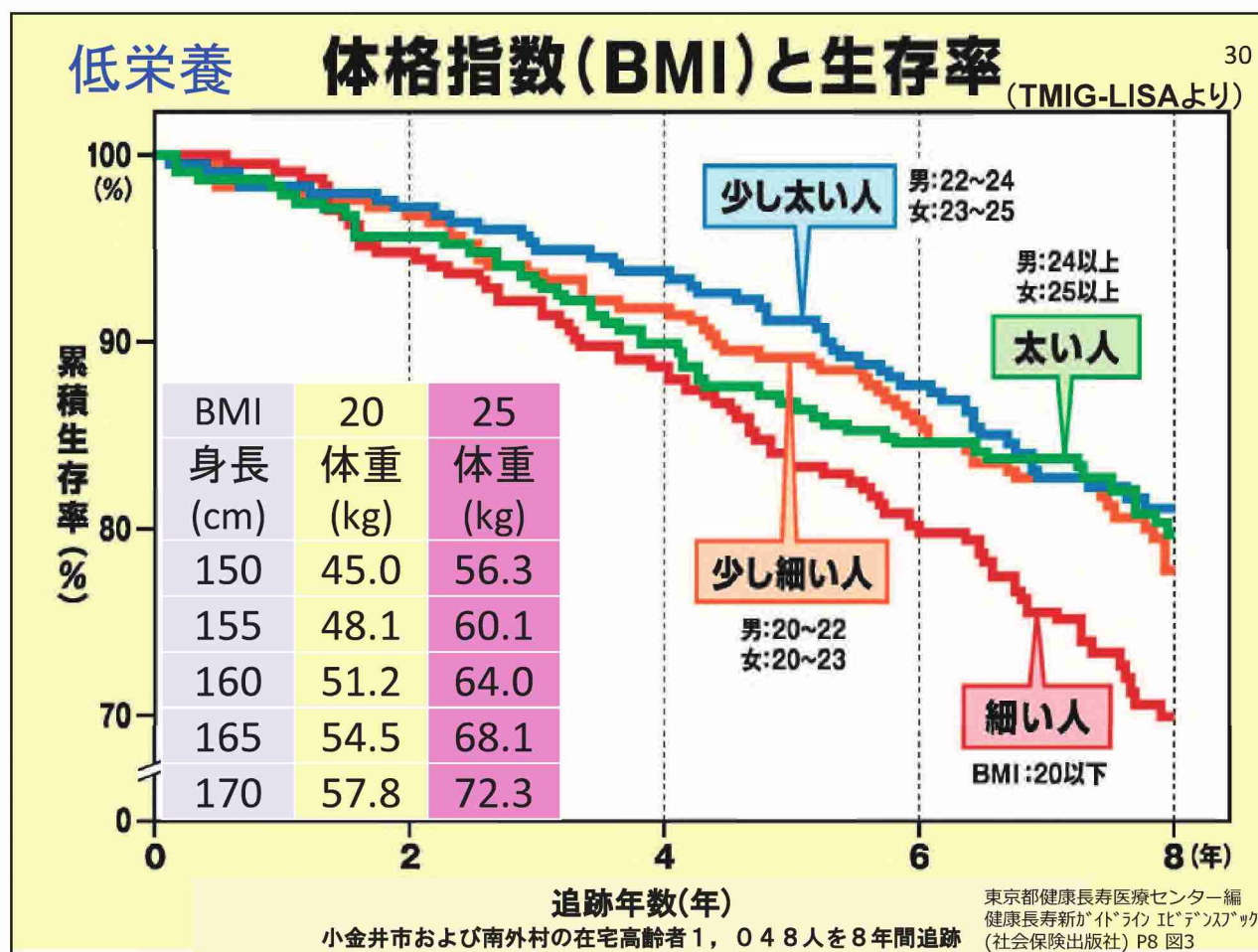
→ 診療情報の共有・全体像の把握が困難となりやすい

(Mitsutake S., Ishizaki T., et al. *Prev Chron Dis* 2019;16:E11.)

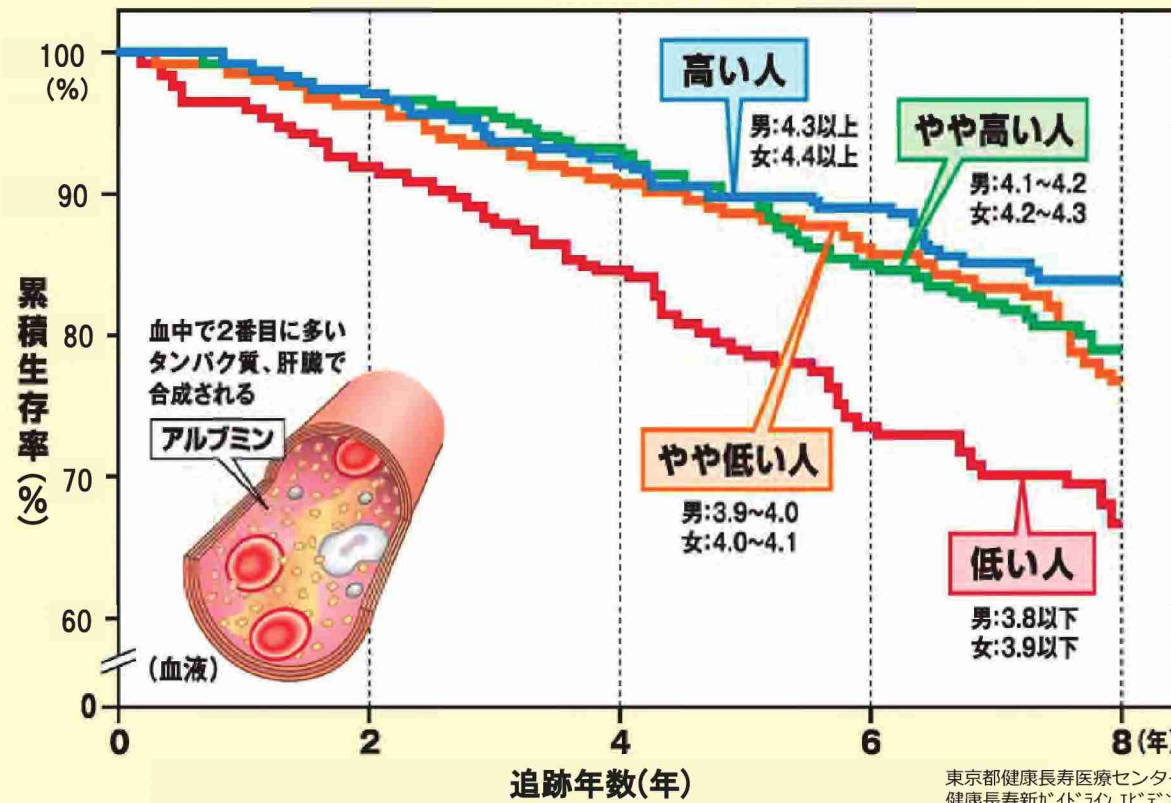
- 処方薬剤数が多い～多剤処方 (polypharmacy)

- 内服の煩わしさ→残薬の発生
- 重複処方・相互作用→薬剤有害事象の発生

- 低栄養・口腔衛生



血清アルブミンと生存率



小金井市および南外村の在宅高齢者1,048人を8年間追跡

後期高齢者の保健事業：

これまでとこれから

(保健事業と介護予防の一体的実施)

高齢者の保健事業の変遷

33

老人保健法(1982年成立):保健事業(1983年～)

- 健康手帳交付、健康教育、健康相談、健康診査、**医療(老人医療)**、機能訓練、訪問指導
 - 健康診査～生活習慣病、がん検診(胃、子宮、肺、乳、大腸)
- **第四次計画(2000～2004年)**
 - 高齢者**保健事業のあり方**に関する専門委員会
 - **健康寿命の延伸(生活機能評価、低栄養の評価)**
 - がん・脳卒中・心臓病・糖尿病
 - 高血圧症・高脂血症(脳卒中と心臓病の危険因子)
 - 認知症・骨粗鬆症
 - 重点事項:介護予防、健康度評価、保健事業計画、保健事業の評価
- 2005年～:第4次計画に則った単年度計画

高齢者の医療の確保に関する法律(2008年老人保健法改正)

- 高齢者医療における財政調整(公費、拠出金の負担)が主課題
- 保健事業:特定健診・保健指導と同様(実施は努力義務)

後期高齢者の保健事業

34

- 健康診査の内容:40～74歳に対する特定健康診査と同様
- 生活習慣病(高血圧・脂質異常症・糖尿病など)の早期発見
 - 問診・診察(計測・血圧測定等)、血液検査、尿検査
 - 血液検査基本項目:中性脂肪、LDL-C、HDL-C、GOT、GPT、 γ -GTP、空腹時血糖、HbA1c
- 健診受診者のうち薬物治療中の者(75+)の割合(東京都)
 - **高血圧症59%、脂質異常症36%、糖尿病12%**
 - 二次予防(早期発見・早期治療)の意義は乏しい
- 見直しの方向性(厚労省保険局高齢者医療課)
 - **保健事業(指導):**(後期)高齢者の特性を踏まえた内容へ
 - フレイル・低栄養の予防、服薬指導等
 - **2016～2017年 厚労省・高齢者の保健事業のあり方検討WG**
 - 2018年:新しい保健指導の本格実施**

健康寿命の延伸

後期高齢者の保健事業 目標設定の考え方

出典：厚労省保険局、2020
(一部改変)

35

在宅で自立した生活がおくれる高齢者の増加 (入院率・入外比、疾病別医療費、要介護度)

フレイル(虚弱)の進行の防止

生活習慣病等の重症化予防

高齢による心身機能の低下防止
(老年症候群)

健康状態に課題がある
高齢者の減少

【保健指導】
相互に影響

心身機能が低下した
高齢者の減少

慢性疾患の
コントロール

服薬状況

低栄養

口腔機能

認知機能

運動機能

※国保・ヘルス
事業との連携

高齢者の健康状態・フレイルの状態、生活状況等の包括的な把握

※介護予防
との連携

適正受診・服薬
・かかりつけ医
・受診中断の早期対処
・重複・残薬指導

禁煙・適正飲酒
・禁煙
・過量飲酒の減少

栄養・食生活
・減塩、水分調整
・たんぱく摂取
・肥満者の維持・減量

口腔機能
・摂食・嚥下体操
・入れ歯の手入れ

運動・リハビリ
・転倒・骨折防止の
ための運動器等
の指導
・リハビリの継続

外出・社会参加
・買い物、散歩
・地域活動・ボランティア
等の支援

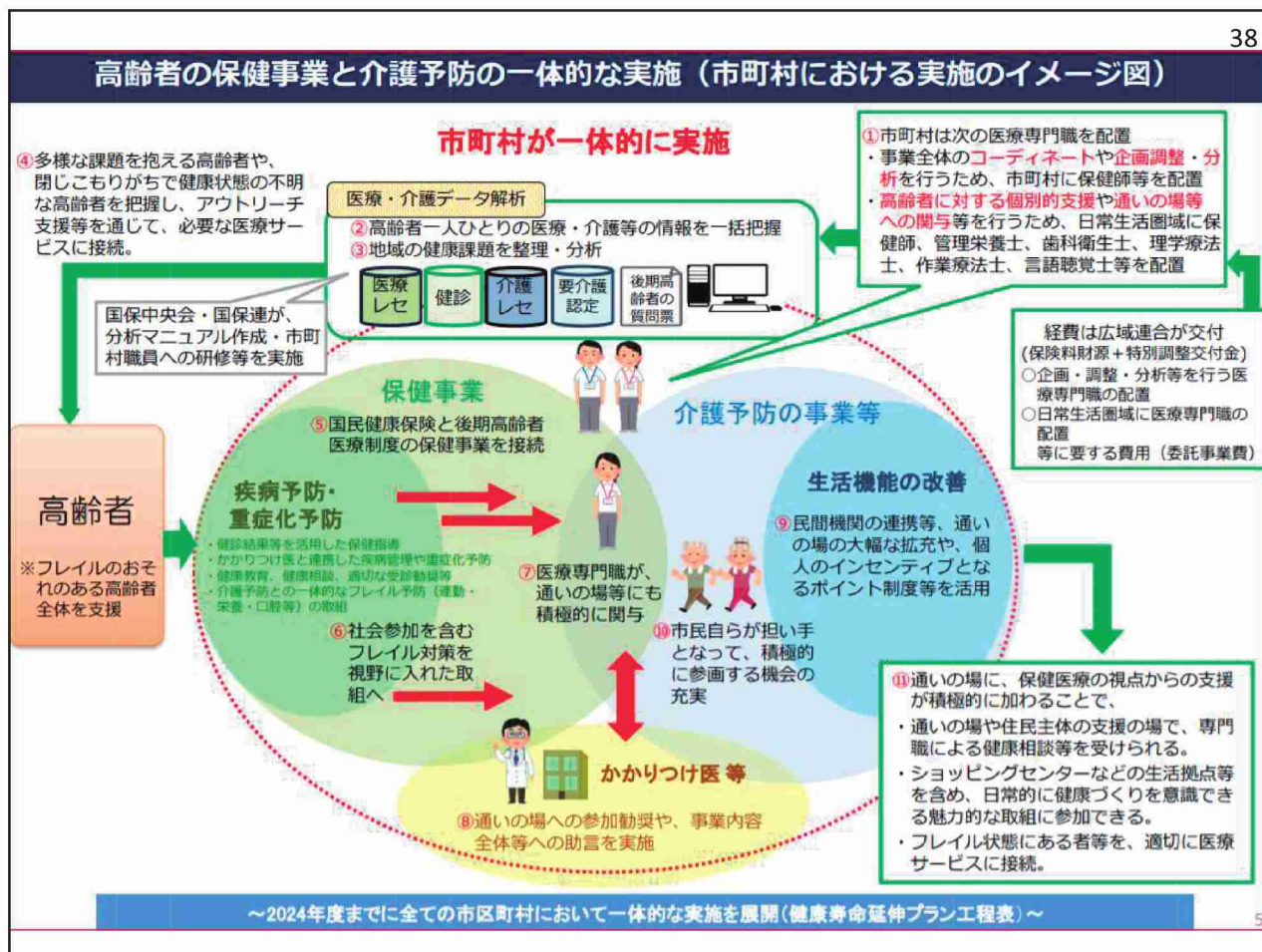
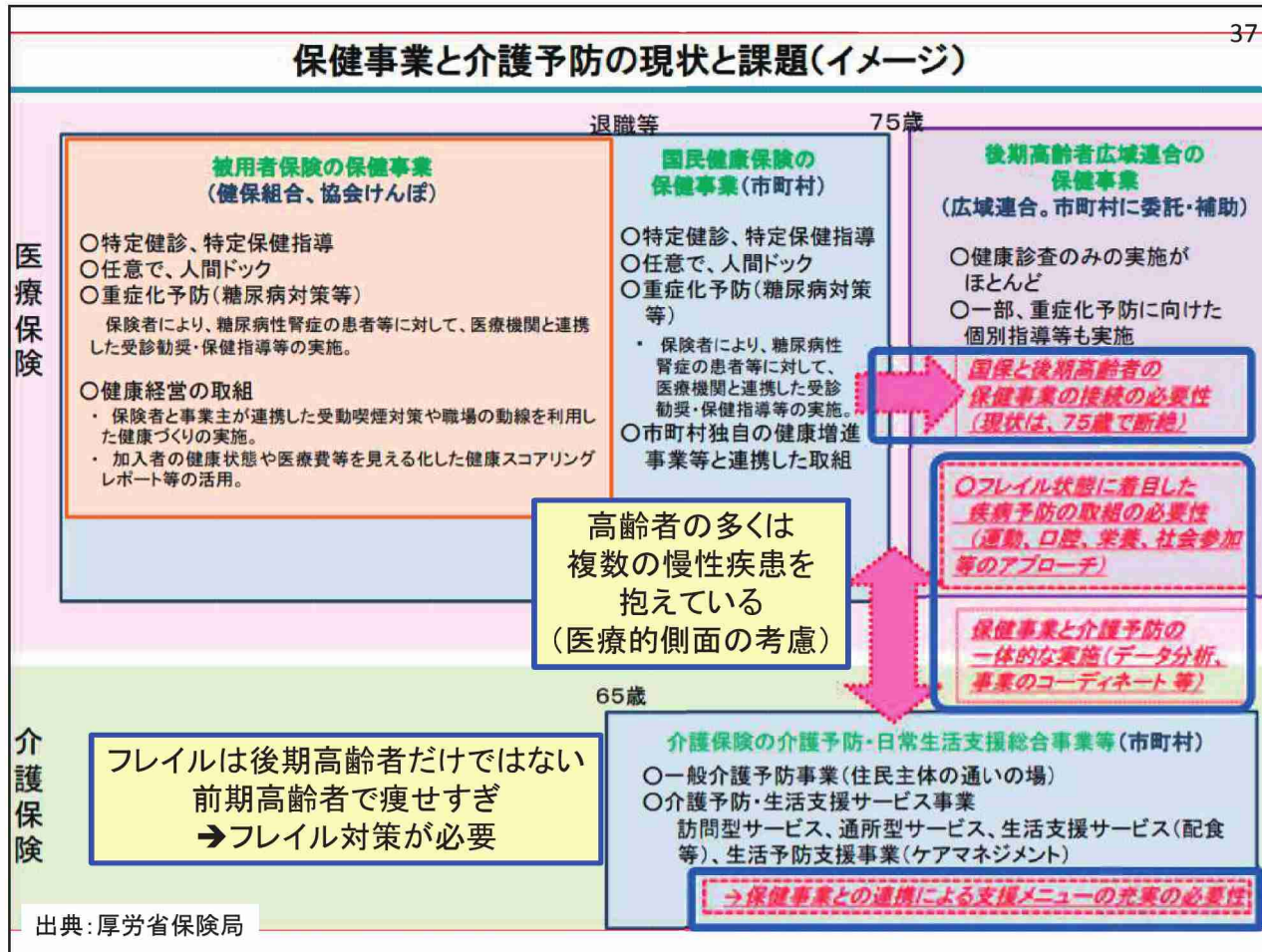
虚弱(フレイル)高齢者や在宅療養高齢者等への健康支援

後期高齢者の質問票 (新)

出典：厚労省保険局

36

	類型	質問文	
1	健康状態	あなたの現在の健康状態はいかがですか	
2	心の健康状態	毎日の生活に満足していますか	
3	食習慣	1日3食きちんと食べていますか	
4	口腔機能	半年前に比べて固いもの(*)が食べにくくなりましたか	【KCL参】
5		お茶や汁物等でむせることがありますか	【KCL】
6	体重変化	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	【KCL】
7	運動・転倒	以前に比べて歩く速度が遅くなって来たと思いますか	
8		この1年間に転んだことがありますか	【KCL】
9		ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	
10	認知機能	「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされていますか	【KCL】
11		今日が何月何日かわからない時がありますか	【KCL】
12	喫煙	あなたはたばこを吸いますか	
13	社会参加	週に1回以上は外出していますか	【KCL】
14		ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	【KCL参】
15	ソーシャルサポート	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	8



保健事業：介護予防との一体的実施

特別調整交付金の交付基準となる事業

出典：厚労省 令和3年度特別調整交付金交付基準、2021年

- 1) 事業の企画・調整等
- 2) KDBシステム等を活用した地域の健康課題の分析・対象者把握
- 3) 医療関係団体等との連絡調整 担当：区市町村の医療専門職(保健師)等
- 4) 高齢者に対する支援 担当：各日常生活圏域に配置される医療専門職
 - ① 個別支援(保健事業)
 - ・ 低栄養防止、生活習慣病の重症化予防(国保事業と接続)
 - ・ 重複・頻回受診者、重複投薬者への相談・指導
 - ・ 健康状態不明者の状態把握、必要なサービスへの接続
 - ② 通いの場等への積極的関与等(一般介護予防事業等)
 - ・ フレイル予防の普及啓発活動、健康教育・健康相談
 - ・ 質問票を活用したフレイル等の評価、保健指導・支援、全身状態の把握(身長・体重・血圧・握力等)
 - ・ 健診・医療の受診勧奨、介護サービスの利用勧奨

【追加】

東京都における「一体的実施」の現状と課題

取り組み状況

- ・ 令和2～3年度事業実施
- ・ 全国 855自治体(49.1%) 国の目標は50%
- ・ 東京都 13自治体(25.8%) うち特別区は7
- ・ 規模の大きい自治体では庁内連携が難しい(縦割り行政の弊害)
 - 健康づくり担当、医療担当、介護予防担当、地域福祉担当
- ・ プロジェクトチームの設立が理想

東京都高齢者保健福祉計画(令和3～5年度)

分野1 介護予防・フレイル予防と社会参加の推進

【新規】高齢者の保健事業に関わる医療専門職の人材育成事業

高齢者の保健事業等に関わる区市町村の医療専門職を対象に、地域の健康課題に応じた保健事業の企画・実施と評価の方法、高齢者の特性に配慮した保健事業の実施にかかる知識を習得するための研修会を健康長寿医療センターへの委託により実施

介護予防・フレイル予防支援強化事業

東京都健康長寿医療センターに設置する「東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター」が、住民主体の通いの場づくりをはじめとした介護予防・フレイル予防活動等を推進する区市町村に対し、人材育成や相談支援等の専門的・技術的な支援を行います。

読賣新聞

2019.11.19

社説

フレイル健診 早期把握で健康寿命延ばそう

2019/11/19 05:00



75歳以上対象「フレイル健診」来年度から

ツイートする

シェアする

2019年10月29日 14:54

高齢者のうち、身体機能が低下し、心身が弱る状態「フレイル」の人を把握し、要介護になるのを防ぐ助言などをするため、国は、来年度から75歳以上を対象に新たな健診制度を導入する。

* * *

厚労省は、高齢者が要介護になる前の段階で把握し、助言などを行うため、来年度から75歳以上を対象にした既存の後期高齢者医療制度健診の中に「フレイル健診」を加えることを決め、加藤厚労相は都道府県などに要請したと述べた。

「フレイル健診」は、高齢者が質問票に回答する形で行う。質問票は、「お茶や汁物等でむせることはあるか?」や「週に1回以上は外出するか」、「今日が何日何日か分からない時があるか?」など健康状態や社会参加の状況など15の質問で構成されている。

「フレイル健診」は市町村が実施し、高齢者の健康状態を把握した上で、運動などの助言を行い、必要であれば病院を受診するよう勧めるという。

「フレイル健診」の課題 ～健診受診者との情報共有～

令和3年度 受診票(問診票) [後期高齢者健康診査]

太枠内の当てはまるところを○で囲んでください。

受診日 令和 年 月 日

今までにかかった病気	特になし	あり	高血圧症 糖尿病 脂質異常症 脳梗塞 脳出血 心臓病 不整脈 貧血 肝臓病 腎臓病 結核 甲状腺疾患 胃腸病 うつ病 骨粗鬆症 整形外科疾患 その他の病気
今の病気	特になし	あり	高血圧症 糖尿病 脂質異常症 脳梗塞 脳出血 心臓病 不整脈 貧血 肝臓病 腎臓病 結核 甲状腺疾患 胃腸病 うつ病 骨粗鬆症 整形外科疾患 その他の病気
気になる症状	特になし	あり	胸の圧迫感 動悸 息切れ 肩こり 腰痛 膝痛 不眠 手足のしびれ感 めまい 頭痛 立ちくらみ 耳鳴り 下痢 便秘 腹が張っている 調子が悪い その他の症状

No	質問項目	回答(いずれかに○をつけてください)				
1 3	現在、aからcの薬や注射を使用していますか	a 血圧を下げる薬	①はい	②いいえ		
		b 血糖を下げる薬又はインスリン注射等(糖尿病の薬)	①はい	②いいえ		
		c コレステロールや中性脂肪を下げる薬等	①はい	②いいえ		
4	あなたの現在の健康状態はいかがですか	①よい	②まあよい	③ふつう	④あまりよくない	⑤よくない
5	毎日の生活に満足していますか	①満足	②やや満足	③やや不満	④不満	
6	1日3食きちんと食べていますか	①はい	②いいえ			
7	半年前に比べて同じものが食べにくくなりましたか(さきいか、たくあんなど)	①はい	②いいえ			
8	お茶や汁物等でむせることがありますか	①はい	②いいえ			
9	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	①はい	②いいえ			
10	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	①はい	②いいえ			

出典: 京都府後期高齢者医療広域連合

① 医師会用 ↓ 区市町村が利用
 ② 医療機関控え
 ③ 受診者用控え
 結果説明時に 使用

④ 府医師会(後期高齢者医療分) ※ 健診当日に 保険証を

本日のまとめ

- 後期高齢者の健康: 生活機能の自立
- フレイル予防: 体力・栄養・社会参加
- 「高齢者の質問票」～全国で総合評価が可能に
 → 高齢者の特性に適合した保健指導の展開
 (健康寿命の延伸)