

CONTENTS



巻頭 PHOTOレポート
医療連携を成功に導く方程式

04 週1回の骨粗鬆症外来で 多様な連携を実現

東京都立 多摩総合医療センター

12 キーパーソン本音トーク



特集

14 在宅医療に学ぶ骨折予防

監修：辻 彼南雄

16 1 在宅医が実践する転倒・骨折予防

キーポイントは処方薬の見直し・住環境整備◎服部 ゆかり

18 コラム 在宅医療とポリファーマシー

20 2 在宅現場ではどう連携している？

各専門職に聞く転倒・骨折予防

REPORT

32 第7回日本サルコペニア・フレイル学会大会

健康長寿を再考するーサルコペニア・フレイル対策は何を目指すのか？ー

34 千葉県骨粗鬆症マネージャー連携協議会

第1回骨粗鬆症リエゾンサービス(OLS)口腔ケアWEBセミナー
「動画で学ぶ口腔ケアの実際!!」

表紙：パンチとひざ伸ばし
多摩総合医療センターオリジナルの
「たまそう体操」を披露する
田部井さん、牛田さん、中山さん
(巻頭 PHOTO レポートで紹介)



SERIES

38 リエゾンサービス トライアル アンド エラー [第1回]

リエゾンサービス始めたものの力尽き◎田中 雅博

新連載

40 リエゾン通信 [No.05]

大分県OLSネットワーク◎本郷 成市

42 足と歩きの話 [第3回]

高齢者の歩き方と転倒予防のトレーニング◎市川 将[株式会社アシックス スポーツ工学研究所]

44 地域を支える！健康サポート薬局 [第20回]

「骨卒中」を予防する 地域で支える仕組みづくり◎宮原 富士子

46 薬剤師でなくても知っておきたい薬の話 [第13回]

高齢者のおクスリ相談室-1 正しく飲めば確かな効果◎遠藤 進一

50 管理栄養士が本当に伝えたい栄養の話 [第11回]

食事療法 次の一手-3 ビタミンD不足を防ぐ◎上西 一弘

54 Report 骨粗鬆症財団の活動

NPO法人高齢者運動器疾患研究所／国際骨粗鬆症財団(IOF)／骨粗鬆症情報紙『カノープス』

53 Information 学会情報・お知らせ

61 主な略語と骨粗鬆症治療薬

62 年間購読のご案内

63 バックナンバーのご案内

64 次号予告 読者の声お待ちしております

編集委員長

折茂 肇 骨粗鬆症財団 理事長

編集委員 (50音順)

石島 旨章 順天堂大学大学院医学研究科整形外科・運動器医学 准教授

石橋 英明 愛友会伊奈病院 副院長／整形外科部長

小川 純人 東京大学大学院医学系研究科老年病学 准教授

三浦 雅一 北陸大学薬学部薬学臨床系 教授

北陸大学健康長寿総合研究グループ長

編集アドバイザー (50音順)

泉 キヨ子 帝京科学大学医療科学部長・看護学科 教授

上西 一弘 女子栄養大学栄養生理学 教授

宮原富士子 ジェンダーメディカルリサーチ社長、薬剤師

編集協力

公益財団法人骨粗鬆症財団



巻頭PHOTOレポート

医療連携を成功に導く方程式



東京都立 多摩総合医療センター (東京都府中市)

週1回の骨粗鬆症外来で 多様な連携を実現

多摩総合医療センターの骨粗鬆症外来は、整形外科医1名による週1回の診療で、近隣医療施設との病診連携、病院間連携、院内連携を可能にしています。その連携のキーパーソンとなっているのが整形外科所属の外来看護師です。中核病院ならではの連携の取り組みを紹介します。



同院はコロナ感染症患者の治療を最前線で行っており、外来診療規模は縮小しているものの、1日1500例以上、整形外科単体でも100例以上の患者の診療を行っている。365日24時間体制で救急医療を実施する同院では、年間8000例を超える救急患者が搬送される。

Hospital Data

東京都立 多摩総合医療センター

開設：2010年(都立府中病院より移転)
所在地：東京都府中市武蔵台 2-8-29
病床数：789床
<https://www.fuchu-hp.fuchu.tokyo.jp/>



骨粗鬆症外来に携わる整形外科の外来看護師と牛田正宏さん（左から4人目）、リウマチ外科医（日本骨粗鬆症学会認定医）の永瀬雄一さん（中央）。

骨粗鬆症外来開設で広がった病診連携の輪

2012年4月、多摩総合医療センターでは、牛田正宏さん（整形外科医）の主導のもと、整形外科の専門外来である骨粗鬆症外来が開設されました。週1回（金曜日）の骨粗鬆症外来では、新規外来患者の大部分が近隣のクリニックからの紹介です。また、地域のクリニックへ患者の紹介もしており、双方向で地域の患者の健康を支えています。

外来開設当初、牛田さんは連携を意識していたわけではなかったそうですが、地域の医師や薬剤師を対象とした講演を年に数回重ねていくうちにそこで知り合いになった近隣クリニックの医師から治療に関する相談や患者の紹介を受けるようになりました。

治療難渋例を紹介されることも多くなった同院

ですが、牛田さんは印象に残っている症例として人工透析クリニックから紹介された患者を挙げます。人工透析の治療を受けている患者は、重度の骨粗鬆症を合併していることが多く、安全かつ効果的な治療法が確立していません。近年デノスマブの有効性を示す報告がある一方で、血清カルシウム値が激しく変動し、患者管理が難しいことから、使用をためらう医師もいます。

「近隣の人工透析クリニックから紹介された患者さんで、当院でまず他の薬剤で治療を開始しましたが、効果は得られませんでした。そのため、今度は人工透析クリニックの医師に全身管理を依頼し、データの密なやり取りをしながら、デノスマブを導入しました。すると、治療開始6ヵ月後に患者さんの骨密度が改善され、腰痛が消失、さらに歩行速度も上がったのです。患者さんの満足

特集

在宅医療に学ぶ 骨折予防

監修 辻 彼南雄

互酬会理事長、水道橋東口クリニック院長、ライフケアシステム代表理事



在宅医療とは、身体機能の低下などにより一人では通院が困難な人を対象に、自宅や高齢者住宅などの生活の場を訪問し、医療サービスを提供することです。在宅医療を受ける高齢者は、加齢と疾患のためにほぼ全員に歩行機能の低下があり、その生活を維持するうえで医療従事者による転倒予防・骨折予防対策は必須です。

本特集では、在宅医療の現場で働く医師、看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、薬剤師、ケアマネジャーなど在宅チーム医療に携わるスタッフに、それぞれの立場からの転倒・骨折予防、そして多職種連携について報告してもらいました。

訪問診療している医師には、骨粗鬆症治療に対する患者のモチベーションの上げ方や、在宅での転倒危険因子のアセスメント・介入方法、薬剤の適正化について書いてもらいました。そして、そのほかの各専門職には実践している転倒・骨折予防の取り組みとチームでの情報共

有の方法、新型コロナウイルス感染症の影響などを語ってもらいました。

在宅医療は病院、診療所、薬局、訪問看護ステーション、地域包括支援センターなどさまざまな機関のスタッフによって支えられています。そして、スタッフ同士も助け合いながら患者とその家族を支えていく、まさに患者を中心としたリエゾンサービスです。

新型コロナウイルス感染症の拡大、非常事態宣言によって患者宅への訪問が難しくなったなか、いかにして医療やケアを必要とする高齢者に届けるか。読者の皆さんも現在それぞれの持ち場で、さまざまな試行錯誤を繰り返しながらこの状況下でできる限りの対策を行い、診療、看護、患者指導などを続けていると思います。本特集が皆さんの業務の一助となり、また超高齢社会の医療のあり方として、今後さらに重要性を増していく在宅医療を知るきっかけとなることを願います。

1 在宅医が 実践する転倒・骨折予防 P.16

キーポイントは処方薬の見直し・住環境整備

服部 ゆかり

東京大学医学部附属病院老年病科・東京大学大学院医学系研究科老年病学
水道橋東口クリニック

コラム 在宅医療とポリファーマシー P.18

在宅医療での骨粗鬆症治療に対するモチベーションの上げ方、転倒危険因子のアセスメント・介入方法、ポリファーマシー対策について伝えます。

2 在宅現場では どう連携している？ P.20

各専門職に聞く転倒・骨折予防

看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、薬剤師、ケアマネジャー、福祉用具分野それぞれの立場の声を伝えます。

つじ・かなお／1984年、北海道大学医学部卒業。群馬大学医学部附属病院神経内科、東京通信病院内科、東京大学医学部附属病院老年病科で高齢者医療を研修後、1990年より日本在宅医学会初代会長佐藤智医師の下で在宅医療を学ぶ。佐藤医師とともに行ったライフケアシステムの活動などに対して2015年、「第4回杉浦地域医療振興賞」受賞。東京大学医学部公衆衛生学・老年病学非常勤講師。在宅医療助成勇美記念財団理事。日本在宅ケア学会理事。

第7回 日本サルコペニア・ フレイル学会大会

WEB
開催



健康長寿を再考する
—サルコペニア・フレイル対策は何を目指すのか?—

2020年12月1日～15日

2020年11月に東京・品川の会場で開催を予定していた第7回学会大会は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の状況を鑑みてすべてのプログラムがウェブでの配信に変更されました。ウェブ開催とはいえ、通常の学会大会と同様の熱気を伝えるために教育講演、シンポジウムなどは実際に登壇者が集まって収録したものが配信され、活気に満ちた内容となりました。

本学会大会では、大会長・平野浩彦氏（東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科・研究所）による講演「高齢者歯科口腔保健の変遷：オーラルフレイルの視点から」、教育講演、市民公開講座などのほか、7つのシンポジウムが行われました。フレイル健診やコグニティブフレイル、COVID-19など最新のトピックが取り上げられたシンポジウムから、内容の一部を紹介します。（編集部）

コロナを「正しく賢く恐れる」啓発が必要

2020年の学会大会では避けられないテーマを取り上げたシンポジウム4「COVID-19関連シンポジウム」では、東京都内の感染状況や自粛要請中に高齢者の外出頻度が著明に低下したことを示し、COVID-19感染拡大がフレイルを亢進させ、「健康長寿」を脅かしている実態が明らかにされました。

飯島勝矢氏（東京大学高齢社会総合研究機構/未来ビジョン研究センター）は、外出自粛による高齢者のフレイル化を健康二次被害ととらえ、全国のフレイルサポーターの活動が再開されたこと、オンラインによるフレイルチェックの取り組みなどを報告。藤原佳典氏（東京都健康長寿医療センター研究所）からは、コロナ禍でも高齢者が安心して社会参加できるための地域の活動が紹介されました。また、角田徹氏（東京都医師会副会長）は、COVID-19に対する高齢者の不安を解消して活動的な生活を促すためにも多職種連携が必要であると訴えました。

総合討論では、高齢者に屋外での活動は自粛する必要がないことを広く伝えて生活不活発を防ぐこと、SNSを使った高齢者の活動支援の重要性などが述べられ、行政、専門機関、医師会などが連携して

コロナを「正しく賢く恐れる」ことを国民に啓発する必要があるという意見が挙がりました。

かかりつけ医での活用も期待——フレイル健診

2020年4月より、75歳以上の後期高齢者対象の健診で使われていた質問票がフレイル評価に重点を置いたものになりました。これは一般的にフレイル健診と呼ばれています。シンポジウム5「フレイル健診」では、まず、この新たな質問票の開発に取り組んだ一人である津下一代氏（女子栄養大学栄養学部）がフレイル健診の概要を説明し、質問票を活用する際には、ポジティブで明るい面談となるようお願いしたいと述べました。またフレイル健診について、今後はフレイル高齢者に対しての検証をしていくこと、自治体での活用を支援すること、マクロ的・ミクロ的な視点で事業評価を行うことが必要であると締めくくりました。

その後、石崎達郎氏（東京都健康長寿医療センター研究所）は、レセプトデータからみた高齢者の健康課題と健康診査について述べ、増田利隆氏（厚生労働省保険局高齢者医療課）は、わが国のこれまでのフレイル対策について報告しました。

千葉県骨粗鬆症マネージャー連携協議会

第1回骨粗鬆症リエゾンサービス(OLS)

口腔ケアWEBセミナー

「動画で学ぶ口腔ケアの実際!!」

— 医科歯科連携で OLS 介入する歯科衛生士が口腔ケアテクニックを伝授 —



東森 秀年氏



岡村 将宏氏



高石 怜子氏

2020年12月11日、第1回骨粗鬆症リエゾンサービス(OLS)口腔ケアWEBセミナー「動画で学ぶ口腔ケアの実際!!」が開催され、医科歯科連携に取り組む医師による活動や研究の紹介に加え、歯科衛生士による口腔ケアの実技が紹介されました。

本セミナーは、千葉県内でいち早く医科歯科連携を始めた東京歯科大学市川総合病院主導のもと、千葉県骨粗鬆症マネージャー連携協議会が主催しました。当日は、全国から整形外科医師、歯科医師をはじめとする50人超が参加し、骨粗鬆症診療における医科歯科連携への関心の高さがうかがわれました。セミナーの内容の一部を紹介します。(編集部)

歯科用パノラマX線写真で 骨粗鬆症スクリーニングを実施

最初に登壇した東森秀年氏(呉共済病院歯科口腔外科部長)は、「呉市での医歯薬行政多職種連携による骨粗鬆症重症化予防プロジェクト」と題して、全国有数の高齢化率である広島県呉市の医科歯科薬科行政ほかによる連携の取り組みを紹介しました。

呉市では、医科と歯科が連携して骨粗鬆症患者を治療する「骨吸収抑制薬関連顎骨壊死予防診療ネットワーク」という活動をしています。これは、歯科で骨粗鬆症のスクリーニングに有用な歯科用パノラマX線写真によって、骨粗鬆症の疑いありと判断された患者を医科へ紹介し、医科では骨吸収抑制薬を投与するにあたり口腔ケアや歯科治療が必要な患者を歯科へ紹介する取り組みです。また、このネット

ワークには薬科も参加しており、医科が提供した骨粗鬆症注射薬の投与情報をもとに、通常は注射薬情報の記載がないお薬手帳に「骨粗鬆症注射剤投与シール」を貼るよう薬局が患者に指導する取り組みも行っているとのこと。

さらに東森氏は、このネットワークを発展させた「骨粗しょう症重症化予防プロジェクト」の活動に触れ、歯周病検診の際、65歳になる市民を対象にパノラマX線による骨粗鬆症スクリーニングを無料で実施する「歯っピースマイル65」などの骨粗鬆症予防啓発事業を紹介しました。

MRONJ のリスクファクターとは

続いて岡村将宏氏(横浜南共済病院/東京歯科大学口腔腫瘍外科学)が、「なぜ骨粗鬆症治療患者に