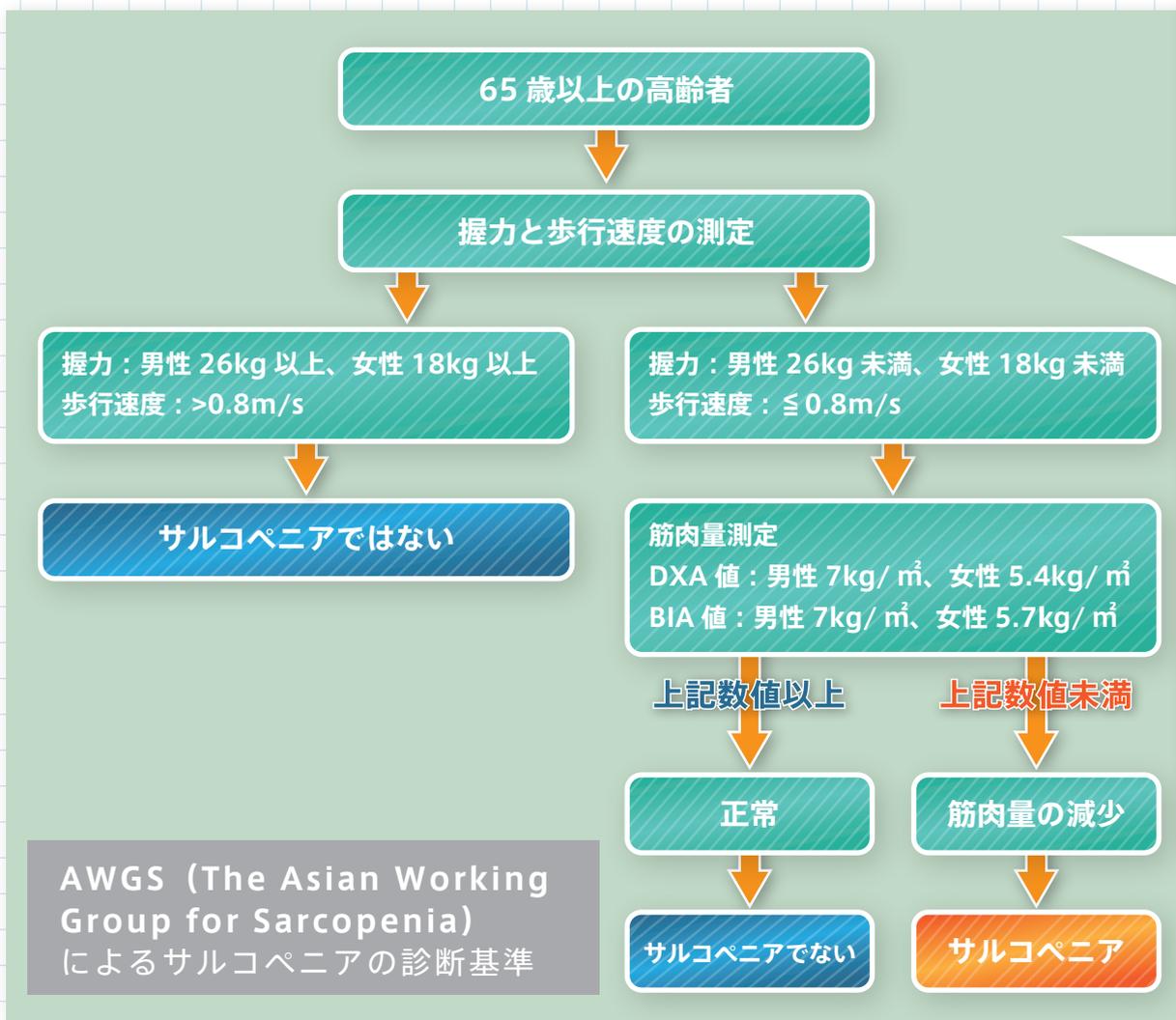




//////////////////// フレイルとサルコペニア //////////////////////



日本国内ではサルコペニアの診断には **AWGS** が提唱している診断基準が推奨されています。**歩行速度や握力の低下**がみられ、**筋肉量の低下**が認められるとサルコペニアと診断されます。これらの要素は身体的なフレイルの評価項目と重複し、**サルコペニアはフレイルの中核的な病態**と位置づけられます。また、サルコペニアと、**それに伴う筋力の低下、低栄養、易疲労感**などは悪循環し、様々な病態と負の連鎖を引き起こします。そのため、**フレイルとサルコペニアの併存は要介護状態への進行リスクを高めると考えられており、より積極的な介入が必要とされています。**

参考：公益財団法人長寿科学振興財団「健康長寿ネット」内「サルコペニアとは」
<https://www.tyojyu.or.jp/net/byouki/sarcopenia/about.html>
日本医事新報 No.4928 (2018年10月6日号)
フレイルハンドブック ポケット版 編集：荒井秀典、ライフ・サイエンス、東京、2016