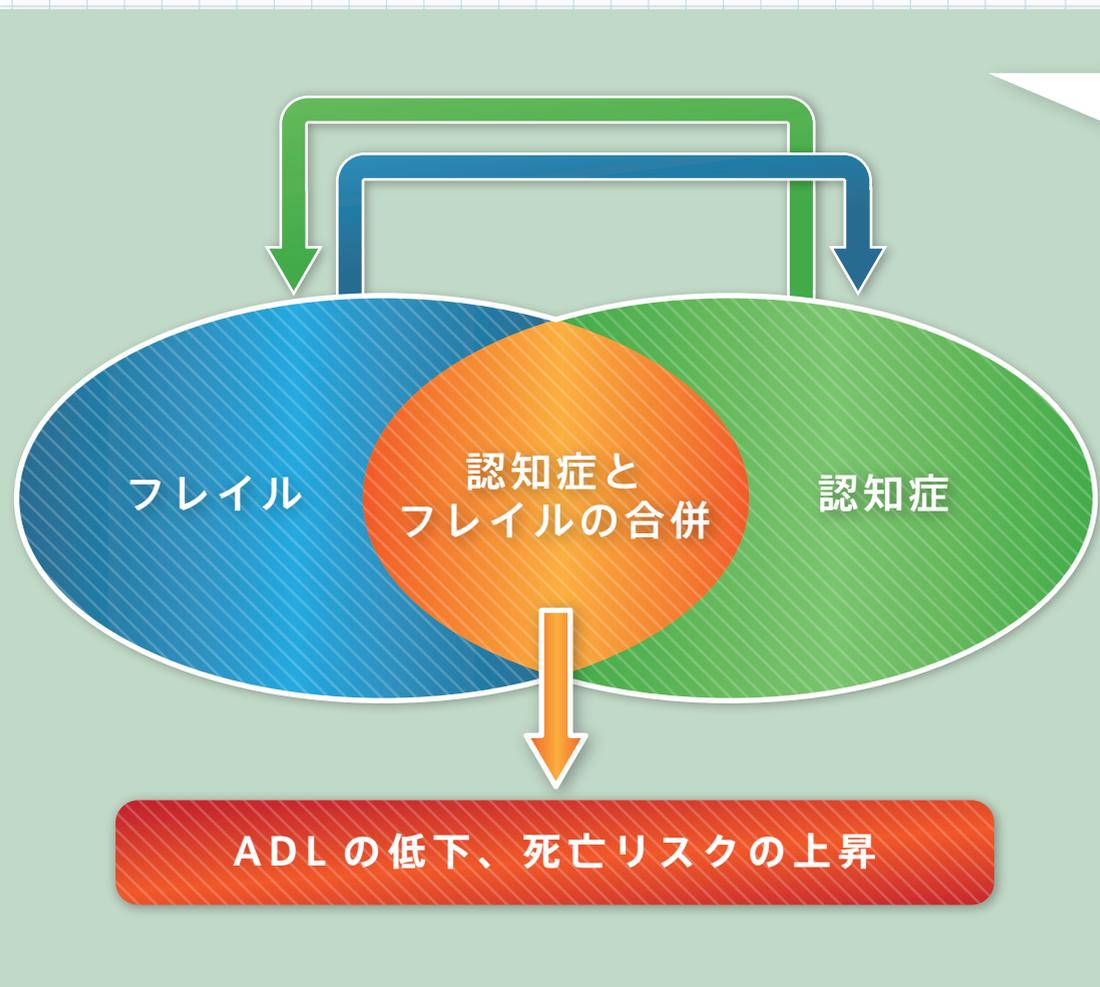




フレイルと認知症



フレイルを有すると認知機能が低下しやすく、**認知症を発症するリスクが高い**ことが報告されています。また、認知機能が低下すると**筋力や身体活動量、ADL（日常生活動作）が低下し**、フレイル状態を招きやすくなるため、これらは双方向の関係を示します。

フレイルと認知症を合併すると**手段的 ADL と基本的 ADL、身体機能が低下しやすくなり、死亡リスクが上昇**することが分かっています。

運動介入に、栄養介入や薬物療法、認知、社会的介入を組み合わせることで、フレイルを有する高齢者の認知機能に改善をもたらしたという報告もあり、その効果が期待されています。