

Citation: Gillespie LD, Robertson MC, Gillespie WJ, Lamb SE, Gates S, Cumming RG, Rowe BH. Interventions for preventing falls in older people living in the community. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2009, Issue 2. Art. No.: CD007146. DOI: 10.1002/14651858.CD007146.pub2.

CRG名: Bone, Joint and Muscle Trauma

[最新版\(英語版\)はこちら](#)

英語版最終改訂年月: 7 October 2008

Clib issue No.; N/U: 2009 issue 2, New

背景: 毎年、コミュニティで生活している65歳を超える人の約30%が転倒・転落している。

目的: コミュニティで生活している高齢者の転倒・転落の発生率を低下させるための介入効果を評価する。

検索戦略: Cochrane Bone, Joint and Muscle Trauma Group Specialised Register、CENTRAL(コクラン・ライブラリ2008年第2号)、MEDLINE、EMBASE、CINAHL、およびCurrent Controlled Trialsを検索した(すべて2008年5月まで)。

選択基準: コミュニティに住んでいる高齢者の転倒・転落を減少させるための介入に関するランダム化試験。主要アウトカムは転倒・転落率および転倒・転落リスクとした。

データ収集と分析: 2名のレビューアが独自に試験の質を評価し、データを抽出した。適切な場合はデータを統合した。

主な結果: 111件の試験(参加者55,303例)を含めた。

複数の構成要素からなる集団運動は、転倒・転落率および転倒・転落リスクを減少させ(率比(RaR)0.78、95%CI 0.71~0.86。リスク比(RR) 0.83、95% CI 0.72~0.97)、同様に太極拳(RaR 0.63、95%CI 0.52~0.78。RR 0.65、95% CI 0.51~0.82)および個別に指示された複数の構成要素からなる自宅で行う運動(RaR 0.66、95%CI 0.53~0.82。RR 0.77、95% CI 0.61~0.97)もその頻度およびリスクを減少させた。

評価と多因子的な介入は転倒・転落率を低下させたが(RaR 0.75、95%CI 0.65~0.86)、転倒・転落リスクを軽減させなかった。

全体的には、ビタミンDによって転倒・転落は減少しなかったが(RaR 0.95、95%CI 0.80~1.14。RR 0.96、95%CI 0.92~1.01)、ビタミンD値が低い人には減少の可能性がある。

全体的には、住宅の安全性への介入は転倒・転落を減少させなかったが(RaR 0.90、95%CI 0.79 ~1.03。RR 0.89、95%CI 0.80~1.00)、重度の視覚障害のある人やその他、転倒・転落リスクがさらに高い人には有効であった。靴の滑り止めは滑りやすい状況下では転倒・転落率を低下させた(RaR 0.42、95%CI 0.22~0.78)。

向精神薬の漸次的断薬により転倒・転落率が低下したが(RaR 0.34、95%CI 0.16~0.73)、転倒・転落リスクは軽減されなかった。プライマリケア医のための規定修正プログラムによって転倒・転落リスクが有意に軽減された(RR 0.61、95%CI 0.41~0.91)。

ペースメーカーは、頸動脈洞過敏症の人の転倒・転落率を低下させた(RaR 0.42、95%CI 0.23~0.75)。最初の眼の白内障手術は転倒・転落率を低下させた(RaR 0.66、95%CI 0.45~0.95)。

転倒・転落の予防戦略によって費用を節約できることを示す何らかのエビデンスがある。

レビューアの結論: 運動介入は転倒・転落リスクを軽減し、転倒・転落率を低下させる。多因子的な評価と介入、住宅の安全性への介入、ビタミンD補給、その他の介入が有効であるとする状況を確認するための研究が必要である。

(監訳 相原 守夫)

翻訳公開日: 09年9月15日

ご注意: この日本語訳は、臨床医、疫学研究者などによる翻訳のチェックを受けて公開していますが、訳語の間違いなどお気づきの点がありましたら、Minds事務局までご連絡ください。なお、コクラン・ライブラリは年4回改定版が発行されます。Mindsでは最新版の日本語訳を掲載するよう努めておりますが、編集作業に伴うタイム・ラグが生じている場合もあります。ご利用に際しては、最新版(英語版)の内容をご確認ください。