

高齢者の身体障害における漸増抵抗トレーニング(Draft翻訳*)

[最新版\(英語版\)はこちら](#)

最終改訂年月 : 3 December 2002

背景: 高齢者の筋肉虚弱は身体障害に関連し、転倒リスクを増加させる。漸増抵抗トレーニング(PRT)(即ち、トレーニング中に定期的に増加する個別の外力に対抗する動き)は高齢者の筋力を強化するために計画された。

目的: 高齢者で身体障害、機能制限および障害の測定値にPRTが及ぼす効果を評価し、有害事象を確認する。

検索戦略: Cochrane Musculoskeletal Injuries Groupの特別登録(2002年8月まで)、CENTRAL/CCTR(Cochrane Library 2号 2002年)、MEDLINE(1966~2002年2月1日)、EMBASE(1980~2002年2月1日)、CINAHL(1982~2002年2月1日)、Sports Discus(1948~2002年2月1日)、PEDro - Physiotherapy Evidence Database(2002年2月1日にアクセス)およびDigital Dissertations(2002年2月1日にアクセス)を検索した。また、論文の参考文献リスト、レビューした会議の抄録を検索し、著者と連絡を取った。

選択基準: 高齢者に対してPRT単独を実施したランダム化試験(平均年齢60歳以上)。

データ収集分析: 2名のレビューアが互いに独立して試験の質を評価し、データを抽出した。必要に応じて、固定効果モデルまたはランダム効果モデルを使って、加重平均差(WMD)を得た。異なる単位の測定値をプールする場合は、標準平均差(SMD)を計算し、二値変数アウトカムについては相対危険度を計算した。

主な結果: 3783例が参加した66件の試験を総説に加えた。ほとんどの試験は小規模で質が不良であった。PRTは強度に大きな肯定的な効果を与えたが(41件;1955例)、試験の質、参加者の特徴、または運動プログラムの違いで説明できない統計的な不均一性があった。幾つかの機能制限の測定値で、わずかな改善が認められた(即ち、歩行速度;14件;798例;WMD 0.07 m/秒;95%CI 0.04~0.09)。しかし、活動測定値や健康関連QOL(HRQOL)を評価した場合(10件;798例;SMD 0.01;95%CI -0.14~0.16)、PRTが身体障害に効果があることを示すエビデンスはなかった。有害事象の記録は不良であったが、これらの事象を事前に定義し、監視したほとんどの試験で筋骨格系傷害が検出された。

レビューア見解: PRTは高齢者を強化する有効な介入治療と思われ、幾つかの機能傷害で肯定的な効果があった。しかし、この介入がより実質的なアウトカム、例えば障害測定値やHRQOLに与える影響は判明していない。全体的に有害事象の収集や記録が不良であるため、PRTのリスクとベネフィットのバランスを決定することは難しい。

Citation: Latham N, Anderson C, Bennett D, Stretton C. Progressive resistance strength training for physical disability in older people. The Cochrane Database of Systematic Reviews 2003, Issue 2. Art. No.: CD002759. DOI: 10.1002/14651858.CD002759.

Clib issue No.: 2005 issue 4

CRG名: Bone, Joint and Muscle Trauma

* ご注意: この日本語訳は、試験的翻訳(Draft翻訳)版として公開するものであり、翻訳の正確さや質が保証されたものではありません。訳語の間違いなどお気づきの点がございましたら、Minds事務局までご連絡下さい。また、この試験的翻訳版はコクラン・ライブラリ2005年issue 4に掲載されたレビュー・アブストラクトの翻訳です。コクラン・ライブラリは年4回改定版が発行されていますので、ご利用に際しては、最新版(英語版)の内容をご確認下さい。