

コロナフレイル

コロナのオミクロン株は、やたら感染力が強かった。と、高齢者は、ますます家に閉じこもるようになるのか。

74歳になるSさんは、高血圧症の患者さん。「この頃、歩くと疲れやすい。フラフラする。さては、脳梗塞でも?」といつもの元気がない。鬱^{うつ}っぽい。だが、頭の検査をしても、以前と少しも変わらないのである。

そういえば、この1、2年。「コロナがはやりだしてから、Sさんのような患者さんが増えたように思える。歩へのが遅くなくなった。ふらつく。しまずく。転びやすい。食欲が落ちた。便秘がちだ。よく眠れない。頭がすっきりしない。やる気が出ないなど、色々訴える。

それはコロナのせいだ。「コロナが怖くて、高齢者は外出を自粛する。または、自粛させられる。当然、活動低下が起きる。歩かない。動かない。だから、筋力が落ちる。足腰が弱くなる。じっとしているので、腹も減らない。刺激が乏しく、頭も使わない。で、「コロナフレイル」とも呼ぶ状態になっている。フレイルとは、健康

と要介護や寝たきりの間の状態である。語源は「虚弱」だ。

フレイルは一度なるとなかなか元に戻らない。まず患者さんに、自分にフレイルの疑いがあることを知ってもらわねば。そして具体的な方法をアドバイスして、どうするかを考えてもらうことだ。でも、Sさんは「天気が悪くて歩けない」とか「スクワットは、膝が痛くなる」。「社会参加と言われても、スマホは使えないし」とくる。そのうち、「薬か注射はないのか?」などと言いつつ出た。

分かつちやいるけど、やる気が起きないのか。もう諦めているのか?それでは、フレイルはひどくなるだけだ。が、ひとの脳は、楽しいことが好きなのである。ワッシーは、せり出した自分のお腹に手をやりながら嘆息した。

(石黒修三||いし黒ろくクリニック・脳神経

外科専門医…1/24北國新聞掲載)