2024 年 10 月 29 日

Press Release

学校法人 越原学園
名古屋葵大学

※2025 年 4 月より共学化、
名古屋女子大学から名称変更

心臓病患者の日常の身体活動パターンを分析
～男性は女性より一日あたりの座位が 1 時間以上長い傾向～

名古屋女子大学医療科学部理学療法学科の内藤紘一講師が中心となり、心臓リハビリテーションを受けている外来患者の日常における身体活動パターンを初めて詳細に分析。その結果、性別や年齢、体格指数（ＢＭＩ）、運動能力に基づく、個別化されたリハビリテーションプログラムの重要性が明らかになりました。

■研究目的

心臓病の予防と管理は公衆衛生上の重要な課題であり、心臓リハビリテーションは、患者の生活の質を改善し、再発を防ぐ効果的な介入方法として認識されています。入院期間の短縮政策により外来でのリハビリテーションが主流となる中で、今回の研究は、患者の日常生活の活動パターンを解明し、自宅での身体活動のマネージメントに役立てる狙いがあります。

■概要

本研究では心臓リハビリテーションを受けている外来患者 92 名の日常生活における身体活動パターンを、加速度計を用いて初めて詳細に分析しました。その結果、患者は一日の大半（平均 11 時間）を座位で過ごし、速歩やジョギングなど中強度以上の身体活動は非常に短い（中央値約 26 分）ことが明らかになりました。さらに、男性は女性より 1 日あたり約 64 分長く座位で過ごす傾向があり、軽い家事など軽強度の身体活動時間は 22%少ないこと、年齢が 1 歳上がるごとに中強度以上の活動時間が約 3%減少し、ＢＭＩが 1 単位増加するごとに歩行時間が約 4%減少することなどが判明しました。

この研究の論文は世界最大のオンライン学術雑誌「Scientific Reports」に掲載されました。

■今後の展開

今回の研究により、患者の性別、年齢，ＢＭＩ、運動能力に基づいた、より効果的なリハビリテーション計画を立てることが可能になります。さらに家庭での活動モニタリングと個別指導を組み合わせることで、患者の日常生活全体を通じた活動量の改善が期待でき、患者の回復促進と再発リスクの低減につながる可能性があります。