

露口 亮太 氏の学位審査結果の要旨

主査：長谷 公隆

副査：中村 加枝、齋藤 貴徳

足趾の運動は日常的に行っておらず、意識的な足趾把持に関連するトレーニングは足趾把持筋力の向上だけでなく、認知機能にも好影響を与える可能性がある。また、足趾把持筋力と転倒に関する報告は存在するが、施設入居高齢者を対象とした研究は皆無である。本研究は、施設入居高齢者に足趾把持筋力トレーニングを実施し、足趾把持筋力の変化および体力指標と認知機能への影響を検討した。3種類の足趾把持筋力トレーニングを週3回、12週間行うことで足趾把持筋力は有意に向上し、転倒リスクも軽減した。また、MMSEによる認知機能、特に時間や場所の見当識の改善が得られ、MMSEの変化を規定する独立因子として、足趾把持筋力が抽出された。

足趾把持筋力トレーニングは簡便かつ安全に行うことができ、転倒予防と認知症予防にも繋がる可能性が高く、高齢者の介護予防の新たな手法としての臨床的意義は大きい。ゆえに、本研究は博士（医学）の学位に値すると考える。