

## 今回は「入院関連機能障害 (HAD)」です

### 入院関連機能障害(HAD)とは

入院関連機能障害 (hospitalization-associated disability ; HAD ; エイチ・イー・ディー) は、直接的には運動障害を来さない疾患 (肺炎、心不全、悪性腫瘍など) のために入院したときに発症する、**安静臥床を原因としたADL障害**もしくは**身体機能低下/認知・精神機能低下**とされています<sup>1)</sup>。例えば、高齢患者さんが肺炎のために緊急入院となり、点滴加療のためにわずか1週間弱の安静となった場合であっても、下肢・体幹の筋力低下が急速に進行し介助なしでは歩けなくなる可能性があります。HADは**80歳以上の高齢患者や低アルブミン血症**がある場合に頻発するため、特に注意が必要です<sup>2)</sup>。HAD対策として最も重要なことは「HADは予防可能である」ことを認識することです<sup>3)</sup>。**HADは寝たきりや過剰な安静をやめて、起きて過ごしたり、下記のような運動プログラムによって発症を予防できる可能性があります。**上記のような方を発見したら、転倒に気を付けて予防に取り組んでみませんか？

### HAD予防リハビリテーションプログラム

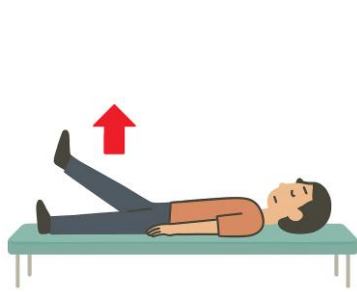


図1 下肢伸展挙上



図2 スクワット



図3 歩行



図4 おでこ体操

図1：片脚を伸ばしてゆっくり上げましょう。腰が反らないように注意しましょう。

図2：手すりを持って腰を落とします。膝がつま先より前に出ないように注意しましょう。

図3：姿勢をまっすぐ保ち、足をしっかり踏み出しましょう。

図4：額を手で動かないように固定し、その力に負けないように顎を引きましょう。

リハビリテーション部ホームページ  
はこちらから



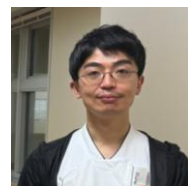
自宅でできる運動はこちらから



文責



PT 千田涼人



ST 松村邦也

参考文献

- 1)Covinsky KE. et al: Hospitalization-associated disability "She was probably able to ambulate. but I'm not sure .JAMA 2011; 306: 1782-1793
- 2)Mehta KM, et al: A clinical index to stratify hospitalized older adults according to risk for new-onset disability. JAm Geriatr Soc 2011; 59: 1206-1216
- 3)角田亘: HAD(hospitalization-associated disability;入院関連機能障害)の理解と対策. 理学療法ジャーナル 第57巻 第11号2023: 1330-1334