

2020年10月8日

地域包括支援センター関係者 各位

高知市/健康福祉部  
高齢者支援課

### 介護予防インフォーマルサービス（栄養ケアサポート薬局）のご案内

秋冷の候、時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。

高知市では、高齢者の介護予防として、低栄養の予防に取り組んでいますが、厚生労働省「高齢者の低栄養防止・重症化予防推進事業」で確立した調剤薬局による介護予防プログラム（栄養ケアサポート薬局）を介護予防・日常生活支援総合事業の介護予防インフォーマルサービスとして、高知市の全ての高齢者に無償でご利用いただけることになりましたので、介護予防の地域資源としてご利用いただきますようご案内申し上げます。

高齢者は、在宅療養者で7割、自立生活者の2割が低栄養リスク者であることが国の調査で明らかになっており、高齢者が低栄養になると、抵抗力/免疫力が低下し、インフルエンザや新型コロナウイルスなどの感染リスクが高まるほか、肺炎や、骨折、脳卒中を引き起こす恐れがあり、サルコペニアを経てフレイル（虚弱）から、要介護状態に陥りやすくなります。自分では普通に食べているつもりなのに、痩せているわけでもないのに、気づかぬ間に低栄養になっている高齢者が増える一方で、低栄養の症状を「年のせい」と自己判断し、低栄養の処置が遅れ、フレイル・要介護状態に陥るケースが増えています。

低栄養の原因は多様ですが、服用中の薬が低栄養の原因になる場合がありますので、高齢者が栄養ケアサポート薬局で定期的に低栄養チェックを受けることで「低栄養リスクの気づき～低栄養予防への意識変容・行動変容」を促したいと考えています。

化学生成される薬は、主作用に対し副作用がありますが、薬を分解代謝する肝臓や薬を排泄する腎臓の機能が低下傾向にある高齢者は薬物体内動態が変調し、味覚障害や嗅覚障害・唾液分泌抑制や腸管蠕動運動障害・抑うつ・食欲不振などの有害事象が出やすく、これが基で低栄養になる場合があるほか、服用する薬の種類が増えることで低栄養リスクと転倒リスクが高まることが報告されていますので、3カ月～6カ月に1回程度の定期的な低栄養チェックと薬剤服用履歴との照合による薬の有害事象の防止・回避が重要です。

また、低栄養の高齢者がいきいき百歳体操などの介護予防体操を行えば、不足しているタンパク質・エネルギーを筋肉を分解して得ようとするため、逆に筋力が低下する恐れがあります。高齢者がいきいき百歳体操などの介護予防体操を行うときは、栄養ケアサポート薬局

で定期的に低栄養チェックを行い、低栄養状態でないことを確認の上、体操を行い、低栄養リスクのある高齢者は、体操を控えて、タンパク質・エネルギーを補給し、低栄養状態を改善した後、体操に参加するよう注意喚起をお願いします。

栄養ケアサポート薬局は、薬学的見地による低栄養予防の下、医師と共同で高齢者の免疫力/抵抗力の維持向上、筋肉量の減少、食力の維持向上、転倒リスクの回避による自立支援と、ロコモティブシンドローム予防、薬剤性認知障害の予防、防災体力の向上により生活機能の維持改善に努められますので、地域包括支援センター関係者におかれましては、栄養ケアサポート薬局との積極的な介護予防連携をお願い申し上げます。

※高知市内の栄養ケアサポート薬局の店舗情報は別添のリスト表に記載していますので、ご参照ください。