

アンダーポストコロナ対策としての高齢者のフレイル予防 に関する研究

～高齢者の抑うつの特徴と関連要因について～

環境人間学研究科 博士後期課程環境人間学専攻

せがわ だい うちだ はやと
◎瀬川 大、教授 内田 勇人

キーワード

新型コロナウイルス感染；地域在住高齢者；フレイル
；アンケート調査；抑うつ

研究概要

新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）は世界的な広がりを見せ、東京、大阪などの主要都市を中心に第3波、第4波と感染の波は拡大している。65歳以上の高齢者はCOVID-19の重症リスクが高いと言われており、外出を自粛しているケースが多い。そのため、思うように外出できない生活から強い孤立感や孤独感を感じている高齢者も多い。また、どのようなものかわからないウイルスに対して大きな不安からストレスを抱えそのストレスが蓄積していくことで抑うつへとつながる危険がある。抑うつは、フレイル（健常と要介護の中間の状態）の主症状の一つであり、早期の発見と的確な対応が求められている。

本研究はCOVID-19流行下における地域在住高齢者の抑うつの実態とその関連要因について明らかにすることを目的として調査研究を実施した。参加者は、兵庫県A市及び大阪府B市に住む65歳以上の地域在住高齢者127名とした。調査票は、抑うつを評価するGDS-15-Jに加えて、身体状況、社会参加状況、COVID-19流行下の生活変化について自記式調査用紙を作成し配布・回答を依頼した。

GDS-15-Jを用いて抑うつ度を調査した結果、非抑うつは101名、抑うつは26名であり、参加者の20.5%が抑うつであることが示唆された。また、抑うつ者は、「WHO-5-J」、「フレイル」、「自宅にいる時間の増加」が有意に関連していた。つまり、COVID-19流行下での抑うつ者は、精神的健康の低下、心身機能の低下、自宅にいる時間の増加が関連していた。

現状としてCOVID-19感染が第3波、第4波と猛威を振るうなかこれまで以上の外出制限が強いられることが予測される。外出制限により、他者と交流する機会や社会参加の機会がなく孤立状態となればストレスによって抑うつ者が増える可能性がある。自宅にいる時間が多くなっている高齢者に対して、地域全体で対策を講じる必要があると考える。

今後は、地域高齢者の抑うつについて縦断的に調査を行い、COVID-19と共存して生活できる新しい生活手段、および抑うつを未然に防ぐための予防プログラムについて検討したい

アピール ポイント

長期化する世界的なパンデミックや新たな感染症の流行を考慮すると健康面に対する対策は急務である。しかし、COVID-19流行下での高齢者の心身の健康や日常生活行動に関する報告は必ずしも多くなく、不明な点が多い。

今回の研究において、COVID-19流行下での地域高齢者の抑うつの実態調査とその特徴を明らかにすることで、抑うつ対策の必要性を提示するための一助になると考える。