

筋量改善候補素材有効性確認試験

ロコモティブシンドロームの予防は健康日本 21 において国民の健康増進の目標の 1 つとされており、予防策として足腰の筋力増加、バランス力の強化等が推奨されています。筋力や QOL が改善・維持されていることを確認するために必要な以下のような項目を組み合わせた試験をご提案いたします。

握力

全身筋力との関連があるとされ、幅広い年齢の筋力評価に用いられます。また、握力の低下は、歩行機能や A D L 障害との関連があるとされています。



膝関節伸展筋力

膝関節伸展筋力の低下は歩行速度低下の一因とされています。



歩行機能検査

(3 分間歩行距離・6mまたは 10m歩行速度)

歩行距離や速度の低下はロコモティブシンドロームの初期症状といわれています。



その他

ロコモ度テスト

(下肢筋力・歩幅・体の状態と生活状況を調べるもの)

DXA 等を使用した筋量・筋質の測定、

SF-36、VAS、JOA スコアなど