

Question: 2



なぜ、そんなに早くから離床を始めなくてはならないんですか？

ベテランからの Answer



**臥床期間が長くなると、
どんどん身体が弱ってってしまうからです。**

解説

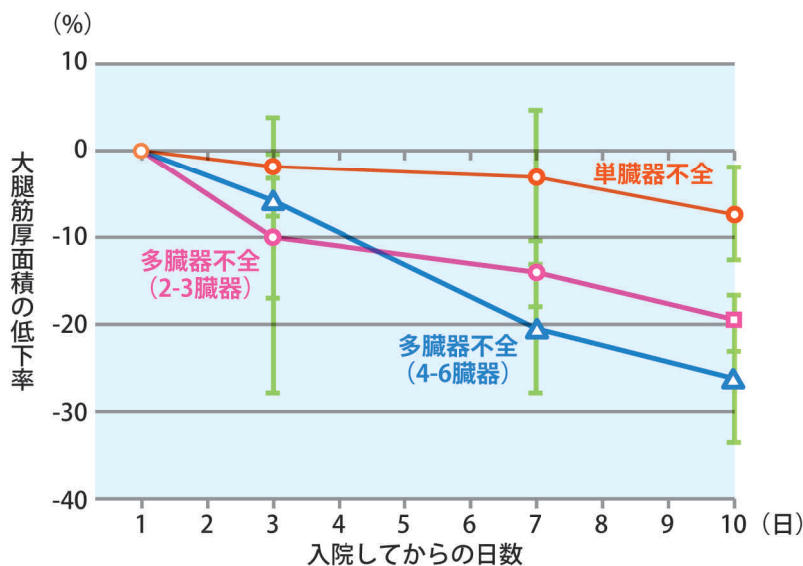
人間は普段から重力に抗して活動し、生きています。入院して寝たきりになってしまうと、重力に対抗する機会が失われるため、呼吸・循環・消化器など、様々な器管に悪影響を及ぼします。特に筋力の低下は著しく、1日離床が遅れるごとに、将来の筋力は11%低下するという分析²⁾もあり、1日も早く日常の活動に近づけるよう、離床を始めることが重要です。



これは危険

急性期はハンパない

臥床しているだけでも筋力は低下していきますが、急性期では、さらに輪をかけて筋力低下が進行していきます。実際のデータでは、1週間で筋横断面積が20%も低下したという報告³⁾もあります。その理由は炎症です。炎症があると、筋肉の素である、たんぱく質の合成が妨げられ、筋力がどんどん低下してしまいます。こうした状態を放置せず、身体を動かしたり、適切に栄養を管理することで、筋力低下を防止できることが報告されており、早期からのアプローチが重要視されているのです。



重症患者における筋横断面積の経過³⁾