

精神分裂病者の体力と運動療法

研究代表者

聖マリアナ医科大学
横浜市西部病院

武田 秀和

解説

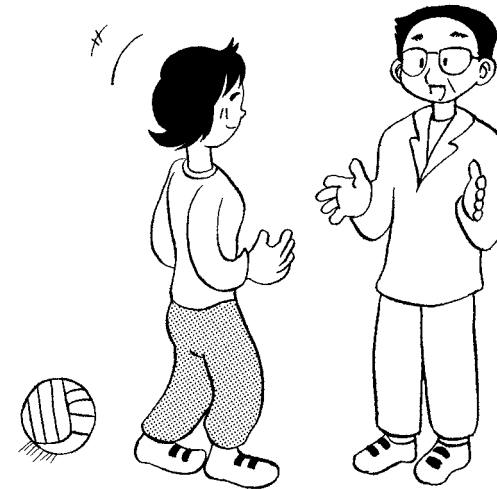
吉岡 利忠

長期に入院していると、からだの種々な機能が低下してくることが少なくありません。とくに精神分裂病患者においては、長期の入院加療が必要で、そのため活動性が落ち、無為自閉、思考の減少、高齢化も加わり生活習慣病も発生してきます。

患者に運動を与えるとよい効果があると知られていますが、体力医学的な取り組み、専任スタッフ不足などいろいろな要因があって運動療法の効果について明確な方針などが示されておられません。

分裂病の患者に自転車エルゴメーターによる運動負荷を6カ月間与えて、種々なからだの反応をみると、長坐位体前屈の柔軟性や握力には変化がないものの、運動持続時間は有意に延長したというものです。すなわち有酸素運動能力が上昇したことが言えます。このことから、患者にみられる身体不活動や体力の低下を防止するうえで有効と考えられます。そして積極的に運動を負荷することによって、患者の社会復帰を早めることが期待できることとなります。著者らは長年精神病患者を対象に有酸素運動を含んだ運動療法を導入してきており、多くの社

会的な高い評価を受けていることを付け加えておきます。



運動は分裂病患者の社会復帰に有用

