オピニオン

アイフレイルとは何か？

平野耕治*

「フレイル」という言葉を耳目にすることが多くなった。

“frailty”を日本語に訳したものであり，英和辞典を引けば，もろさ，はかなさ，虚弱という訳が挙がってくるため高齢者の老い衰えた状況を示していると考えられがちであるが，実はこの“frailty”の中には可逆的な意味合いも含まれている。2014年に日本老年医学会は「加齢に伴う様々な機能変化や予備能力低下によって健康障害に対する脆弱性が増加した状態」を「フレイル」と定義した[1]が，この中には「一方で適切な介入・支援により，生活機能の維持向上が可能な状態像」という考え[2]も込められている。したがって，フレイルは加齢にともなう心身のポテンシャルの低下に抗う事が可能な時期でもある。

ここで「アイフレイル」である。

ヒトは五感の中でも視覚から情報の8割を得ているといわれ，視力や視野の障害が生活の質を著しく下げてしまうことは広く知られている。とくに高齢者では視覚から得られる情報の減少が様々な事故の原因となり，認知機能の低下まで引き起こすため，健康寿命の延伸には眼の健康が重要であることには論を俟たない。そのため日本眼科学会および日本眼科医会では眼に関わるフレイルとして，「アイフレイル」という言葉を提唱している[3]。その定義は「加齢に伴って眼の脆弱性が増加することに，様々な外的ストレスが加わることによって視機能が低下した状態，また，そのリスクが高い状態」である。

例えば，国民の失明原因の第1位はその約30%を占める緑内障であり，網膜色素変性症，糖尿病網膜症，変性近視，加齢黄斑変性，白内障がこれに続いている。いずれも加齢によって進行してゆく疾患である。白内障は手術によって視機能を取り戻すことが可能だが，他の疾患については眼科での治療によって失われた機能を回復するのは困難である。しかし，進行を遅らせることによって生活の質の低下速度を抑えることは可能である。アイフレイルという言葉に込められた思いとして，こうした疾患によって「読書・運転・スポーツ・趣味などの人生の楽しみや，快適な日常生活が制限される人を減らすこと」が挙げられる。

2022年7月1日から始まったACジャパンのCMで，日本眼科医会は緑内障について早期発見と定期的な眼の検診の必要性をTVやラジオで訴えている。また，3月中旬の世界緑内障週間には日本緑内障学会の「ライトアップinグリーン運動」が催され，愛知県でも名古屋のテレビ塔が緑色にライトアップされる。この緑内障は岐阜県多治見市で2000年9月～2001年10月に行われた大規模な疫学調査（多治見スタディ）で，40歳以上の住民の20人に1人は罹患していることが判明している。緑内障は早期に発見して適切に眼圧をコントロールすることで視野や視力の障害の進行速度を緩めることができる疾患であり，**アイフレイル**に関わってくる最も重要な疾患である。しかしながら，よほど手遅れの状態になるまでは自覚症

* Koji Hirano：トヨタ記念病院眼科

状に現れてこないため，早期の段階で見つけられるきっかけとして，検診での眼底検査を受けるよう周知するものである。ちなみに筆者は 20 歳代の新入医局員時代に，眼科医局の先輩が考案された視野検査装置の試験的被検者となったのがきっかけで右眼の緑内障が発見され，それ以来点眼治療を続けている（残念ながらこの検査装置は発売には至っていない）。

医療者は国民に向けて様々な用語を提唱している。メタボしかり，ロコモしかりである。「アイフレイル」という言葉を提唱するのは，国民にとって生活の質の維持や健康寿命の延伸に関わる視覚を守っていきたいという考えに基づいている。緑内障に代表される，加齢に関わって視機能に重大な影響を及ぼす疾患を早く見つけて早く治療が開始できることを願ってやまない。そのためにも，国民には 40 歳を超えたら眼科検診を受けられることをお勧めするものである。

利益相反

本論文に関して，筆者が開示すべき利益相反はない。

文　献

1) 荒井秀典：フレイルの意義．日本老年医学会雑誌 2014；51：497-501
2) 厚生労働科学研究費補助金（長寿科学総合研究事業）総括研究報告書 後期高齢者の保健事業のあり方に関する研究（研究代表者 鈴木隆雄）．https：//mhlw-grants.niph.go.jp/project/25215　2022 年 10 月 5 日閲覧
3) 辻川明孝：「アイフレイル」対策活動．日眼会誌 2021；125：459-462