

## プレハビリテーションとは？

がんの告知を受けた患者さんの多くは、ショックから精神的に落ち込んだ状態がしばらく続きます。外出して体を動かす機会が減り、食欲もなくなってきます。このため、手術までの間にさらに栄養状態が悪化し、体力が低下するといった悪循環におちいることがあります。

しかし、手術を受ける時点で、患者さんの栄養状態が悪かったり、体力や筋肉量が落ちたりしている場合、術後の合併症が増えて死亡リスクが高くなることがわかっています。

こういった事態を避けるために、手術前からリハビリテーションを開始する重要性が注目され、欧米を中心に医療の現場に導入されつつあります。実際に海外における多くの研究結果より、患者さんが手術までの間に運動をふくめた総合的なリハビリテーションを行うことにより、手術の合併症が起こるリスクが減り、早期に回復することが証明されています。

この手術前からはじめるリハビリテーションのことを、プレハビリテーション (prehabilitation) と呼びます。プレハビリテーションは、もともと整形外科の領域で始まりましたが、最近ではがんの手術にも適用されることが増えてきました。

