

フレイル外来の 目的・流れ



ふれあい鎌倉ホスピタル



フレイル外来の目的

「フレイル外来」は何のため？

フレイル外来では、フレイル(虚弱状態)を早期に発見し、適切なケアや支援を提供することで健康寿命を延ばし生活の質を向上させることが目的です。

「フレイル外来」の対象者

要介護ではなく、

次のうち一つ以上当てはまる方が対象です。

最近…

- ☐ 歩く速さが遅くなった
- ☐ 物を落としてしまうなどの「握力の低下」を感じる
- ☐ 活動量が減った
- ☐ 疲れやすくなった
- ☐ 体力が落ちてきた
- ☐ 物忘れを感じるようになった
- ☐ 体重が減ってきた
- ☐ 1週間で一度も軽い運動や体操をしていない

「フレイル外来」の診療日時

フレイル外来は毎週火曜日となり、完全予約制となっております。

※下記連絡先 もしくは 病院受付にて
「フレイル外来の受診希望」とお伝えください。



フレイル外来の流れ

「フレイル外来」の診療日時

フレイル外来は毎週火曜日となり、完全予約制となっております。

※下記連絡先 もしくは 病院受付にて
「フレイル外来の受診希望」とお伝えください。

1 日目の流れ ～約2時間～

①受付：予診票の記載

→普段の日常生活の様子や精神状態に関する質問票に答えていただきます。

身体機能の検査（フィジカルチェック、フレイルチェック）

→以下の項目を検査します。

- 身長・体重・血圧測定
- 握力測定
- 下肢筋力測定
- バランス機能検査
- 認知機能検査 など



②診察

→医師による問診を行います。

生活の様子を
お聞きします。
いろいろ相談して
みましょう！



③各種検査

- 筋肉量測定：最新の体組成計で筋肉量や水分量、脂肪量などを測定します。
- 血液検査：栄養状態や腎臓、肝臓等の状態をチェックします。
- 骨密度検査：背骨と大腿骨の骨密度をチェックします。

初日はここまでとなります。お疲れさまでした！



会計



フレイル外来の流れ

2日目の流れ ～約1時間～

④再診：1～2週間後(初回診察時に予約)

検査結果・評価結果の説明

各種ケアや指導・治療方法の決定

⇒専門外来・リハビリ・栄養指導・薬剤指導 等

→医師より評価の結果をお伝えし、今後のフォローアップ内容を決定します。



3日目以降の流れ

⑤フォローアップ（検査結果に応じて選択します）

●各種専門外来(神経内科、糖尿病外来、フットケア外来など)

●個別リハビリテーション

→理学療法士・作業療法士が患者さん一人一人に合った運動メニューを考案し、身体機能の向上を目指して週1回、個別指導を行います。

●薬剤指導

→薬剤師が服薬に関する指導を行います。

●栄養指導

→管理栄養士が食事指導を行います。



⑥再診：3ヶ月後

経過観察・フォローアップの継続確認

→ご受診いただき、診断結果に基づき継続もしくは終診となります。



ふれあい鎌倉ホスピタル

〒248-0012 神奈川県鎌倉市御成町9-5
(TEL：0467-23-1111 FAX：0467-23-1110)

お気軽に
お問合せください