

1. 握力 grip strength 推奨グレード A

握力は、手の内在筋および外在筋の等尺性筋収縮による粗大筋力を反映し、短時間に力強く対象物を把持する手の能力を測定することが可能である。検者間信頼性と再テスト信頼性の高い評価法である¹⁾。基本的な手の機能や上肢の筋力と関連するだけでなく、全身の筋力と強い相関を認め、体力を反映する良好な指標のひとつであるとされている²⁾。また、幅広い対象において握力の信頼性は示され³⁾、年代別および性別の基準値が示されている⁴⁾。

このように握力は様々な対象での高い信頼性が示され、測定が簡便かつ結果が明瞭であるため、握力は手の機能障害および残存能力の評価、治療目標と計画の立案、治療経過のモニタリングに使用することが推奨される。測定は、標準化された測定肢位と測定方法⁵⁾を遵守する必要があり、測定機器には Jamar Dynamometer が最適とされている^{1,5)}。

引用文献

1. Mathiowetz V, Weber K, et al. Reliability and validity of grip and pinch strength evaluations. *J Hand Surg Am* 9: 222-226, 1984.
2. Rantanen T, Era P, et al. Maximal isometric muscle strength and socioeconomic status, health, and physical activity in 75-year-old persons. *J Aging Phys Activity* 2: 206-220, 1994.
3. Vanpee G, Hermans G, et al. Assessment of limb muscle strength in critically ill patients: a systematic review. *Crit Care Med* 42: 701-711, 2014.
4. Werle S, Goldhahn J, et al. Age- and gender-specific normative data of grip and pinch strength in a healthy adult Swiss population. *J Hand Surg Eur* 34: 76-84, 2009.
5. Schectman O, Sindhu BS. Grip Assessment, American Society of Hand Therapists Clinical Assessment Recommendations, 3rd Edition, Impairment-Based Conditions pp1-8, 2015.