

アルツハイマー型認知症の治療について — 非薬物療法 —

医療法人 康成会
植村病院 植村 健

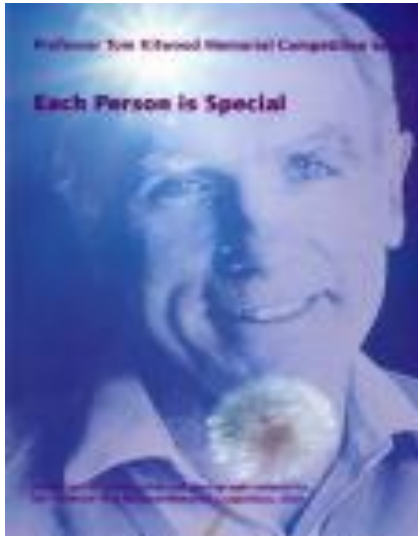


平成24年9月6日、13日 鹿児島市西部保険センターにて

非薬物療法の種類

- Person-centered care (パーソンセンタードケア)
- 音楽療法
- 運動療法
- 回想療法
- 現実見当識訓練
- アロマ療法
- バリデーション療法

パーソンセンタードケア person-centered care



Tom kitwood (1937-1998)が提唱した
認知症ケアにおける基本的理念

Person-centred care: 4 main elements (Brooker, 2004)

- Valuing people with dementia and those who care for them (V)
- Treating people as individuals (I)
- Looking at the world from the perspective of the person with dementia (P)
- A positive social environment in which the person living with dementia can experience relative well-being (S)

- ポイント
- ・その人らしさの尊重
 - ・この人は認知症だから、何も分からないだろうという認識は避ける
 - ・記憶障害に伴う不安感を理解し、受容する

音楽療法



Man In Nursing Home Reacts To Hearing Music From His Era より



昔好きだった音楽を聴くと
目が大きく開き、
体を動かしてリズムを取り始める

音楽を聴いた後
音楽は好きかの質問(YesかNoか)に答え
昔好きだったアーティストを語り始める

ポイント

- ・音楽を聴くことでリラックスしたり、昔のことを思い出すきっかけとなる。昔よく歌われていた曲を選ぶ。できれば季節にあった曲は見当識を刺激する

- ・歌ったり、リズムをとって体を動かす生活リハビリにもなる

— 運動療法は認知機能を改善させる —

Four Clinical Trials Further Clarify the Role of Physical Activity in Cognitive Function and Dementia

Resistance Training Emerging as Particularly Valuable for Older Adults

VANCOUVER, July 15, 2012 –Four studies reported today at the Alzheimer's Association International Conference® 2012 (AAIC® 2012) describe the ability of targeted exercise training to promote improved mental functioning and reduced risk for cognitive impairment and dementia in cognitively healthy older adults and those with mild cognitive impairment (MCI).

- ・適度な歩行運動は神経を活性化させる
- ・有酸素運動やレジスタンス運動、その組み合わせは記憶によい

Aerobic training

有酸素運動



Resistance training

レジスタンス運動：
筋肉に一定の負荷をかけて筋力を鍛える
トレーニング

Examples of Exercises



Chest Press



Shoulder Press



Front Raise



Bent Row



Bicep Curl



Step Up

回想療法

作業回想法 従来の回想法に古い生活用具を使う作業を組み合わせる

認知症のかたが人に教える事を通じて意欲や生き甲斐をひきだす

現実見当識訓練

スタッフが外界の現在の情報(時間、場所、人物など)を与え続けることで誤った外界認識を改善させる

アロマ療法

嗅覚を効果的に刺激することで嗅神経から海馬が刺激され中核症状を改善させる

昼間 レモンとローズマリーの配合

夜間 ラベンダーとオレンジの配合が効果的 (浦上克哉先生による)

バリデーション療法について

Validate:

To make someone feel that their ideas and feelings are respected and considered seriously (Longman辞書より)

Naomi Feil 1872年に提唱



尊重されている、大切にされていると
感じてもらうこと

- ・なぜ？の質問はしない
- ・ゆっくりと息を吸い、イライラを追い出す
- ・本人の言うことを同じ抑揚で繰り返し確認
- ・やさしくふれ合う

アルツハイマー型認知症治療(非薬物療法)のまとめ

治療は薬物療法と非薬物療法に分けられる。

非薬物療法はその人らしさや好みを尊重し、楽しみながら行いたい。

周囲の方は時におこる不安感を含めて同じ目線で接したい。

認知症に対する運動療法による改善の報告が蓄積されてきている。