

認知症は脳だけじゃない！脳・内臓・筋・心の4つへアプローチすることで改善した事例

○日下真理子

医療法人いちえ会 介護部門統括部 カメリアデイサービス

Key Word : 認知症, 認知機能, 転倒, 感情

【はじめに】近年, 認知症は脳機能だけではなく脳腸相関や食事, 運動, 性格など様々な観点から日本だけでなく世界規模で研究が進み, 注目を集めている. 対応などの一時的な対処療法を行うのではなく, 脳・内臓・筋・心を総合的に評価し, 認知症の原因を突き止めた上でアプローチしたことで, 認知機能はもちろん認知症状や身体機能も改善したため以下に報告する. 尚, 報告に際し本人及び家族には書面で同意を得た.

【事例紹介&評価】90歳代男性, アルツハイマー型認知症. MMSE:20/30点, 要介護1, 独歩. 妻と二人暮らし. 社交的, 亭主関白で頑固, 合理的な性格. 妻の体調不良もあり負担軽減のため平日は毎日老人ホーム併設のデイサービスを, 週に4日短期入居を利用. 職員に自分の要望を通そうとやや感情的になることもあり, 妻には激しく怒鳴ることが度々. 準備物は妻に任せるなど自分では行わない. 趣味は園芸, 庭の手入れを生きがいとしているため短期入居にあまり好意的ではない. 水分摂取量は200ml以下/日, 菓子パンやおやつなどの間食が多い. 夜間頻尿(5回)あり. 極度の便秘であり服薬調整にて排便. 服薬量も非常に多く, 少しでも不調があると受診し薬を希望. 庭作業中, 頻繁に転倒することが目立つようになる.

【目的・方法】[脳]二重課題や注意力, 注意の切り替え, 近時記憶の向上のため前頭葉を刺激する卓上療法. [内臓]水分吸収・循環, 便秘解消, 全身血流改善のため肝臓及び腎臓の内臓治療. [筋]下肢全体の血液循環, 筋の柔軟性改善のための筋膜整体治療. 頻尿軽減と転倒予防のための骨盤底筋群強化運動, バランス訓練. [心]物事を体験的に捉えるために普段行わない事を行う. 水を飲む回数を増やす.

【経過・結果】認知症状として介入3か月で短期入居時の準備を自力で行うようになる. 水分摂取量も400~500ml/日に増加し, 夜間頻尿が5回/日から3回/日に減少. 身体機能としては介入6か月で転倒する頻度が減少し, 好きな庭作業が安定して行えるようになる. 認知機能も介入7か月後にはMMSE:25/30点へと5点改善. 自分の気持ちを押し付けるのではなく, 周囲を気遣い自己決定するなど周囲の状況判断が可能になる. 妻に対しても配慮がみられ, 体調を気遣い老人ホームへ短期入居ではなく入居を了承する事で妻の負担も軽減. 週末のみ帰宅し庭作業を転倒する事なく続ける事ができている.

【考察】普段行わない活動として水を飲む事でまず初めに心に変化が起き, 妻に任せっきりであった外泊時の準備を自ら行うようになったと考えられる. また, 日中の水分摂取量が増加したことや腎臓の内臓治療や筋膜整体治療を実施することで血液循環が改善し, さらに骨盤底筋群が強化され夜間頻尿が減少する事を体験する. 機能低下する前頭葉に対し卓上療法を行い二重課題や近時記憶が改善し, さらに前頭葉機能全体が活性化することで周囲の状況判断ができ, 相手を気遣うなど感情を抑制する事が可能になったと考えられる. 認知症と一緒に暮らす家族との関係性を重要視する必要がある. 本人の希望である好きな庭作業が安定して行えるだけでなく, 認知症状が改善する事で家族との関係性が改善した事が今回の大きな改善ポイントである.

【参考文献】

- 1) 認知症の症状がみるみるよくなる 最強岡本式メソッド: 岡本一馬 幻冬舎
- 2) なぜ水を飲むだけで「認知症」が改善するのか: 山下哲司 KADOKAWA