

【認知症とはどんな内容なの？（４）】



前回到引き続き認知症の説明をします。

⑬『認知症の薬物療法』

認知症の薬物療法は、脳機能の予備力が低下しているため、中枢神経作用薬に対して、過剰の反応または副作用が起りやすいことに注意され、服薬法をできるだけ簡単にし、家族や介護する人にも十分に理解されるようにされています。

「治療方法」

- ・見られる症状（中核症状）に対する治療
- ・うつ、不安、幻覚、妄想、暴力行為、睡眠障害などの周辺症状に対する治療

「中核症状」

アルツハイマー病とレビー小体病は、脳の神経伝達物質「アセチルコリン」が不足するため、その減少を防ぐ作用のある薬剤（アリセプト）が用いられています。その結果、障害されていない神経細胞が効率よく機能するようになり、障害された神経細胞の働きを補ってくれます。（アリセプトは半年～1年ほど進行を遅らせる効果があるとされていますが、進行を止めるものではないようです。）

「周辺症状」

- ・幻覚や妄想、焦燥、興奮、攻撃性（暴力行為など）に対しては抗精神病薬
- ・不安や苛立ちなどに対しては抗不安薬
- ・不眠や昼夜逆転などに対しては睡眠薬
- ・うつ症状に対しては気分や意欲に関わる神経伝達物質「セロトニン」や「ノルアドレナリン」を選択的に活性化させる抗うつ薬（SSRI や SNRI など）
- ・周辺症状である興奮、焦燥感を改善するといわれる「抑肝散」などの漢方薬

⑭『非薬物治療』

- ・非薬物治療としては、排尿を上手く促すことにより尿失禁の回数が減ることを利用した行動療法
- ・食事、着脱衣の指導により、患者の行動の改善
- ・感情を介した心理、精神療法として回想療法、確認療法（バリデーション）（患者の自尊心の保持、ストレスの減少、残在能力の活用などに有用）
- ・デイ・ケアなどでのグループ活動、ゲーム、手芸、音楽、絵画などへの参加（ADL 低下の抑制に効果）

⑮『リハビリテーション』

リハビリテーションは・脳の各部の機能低下を抑えるための方法（書き取りや計算、音読など）以外に、残された脳の機能に刺激を与えて活性化させる回想法や音楽療法、芸術療法などがあります。

「回想法」

- ・回想法はアメリカの精神科医ロバート・バトラー氏が提唱した心理療法
- ・過去の懐かしい思い出を語り合ったり、誰かに話したりすることで脳が刺激され、精神状態の安定を図る効果

「音楽療法」

- ・好きな音楽を聴く、簡単な楽器（カスタネットやタンバリンなど）を奏でる、歌にあわせて踊る、カラオケで歌うなど、音楽を通じたさまざまな方法で脳を活性化させるリハビリテーション法
- ・音楽療法は脳を活性化させるだけでなく、気持ちを落ち着かせるリラクゼーション効果もあるため、快眠、笑顔が増えるなどの結果

「芸術療法」

- ・芸術療法はあらゆる表現手段を利用し、精神状態に働きかける治療法
- ・表現手段としては絵画や粘土細工、陶芸、彫刻、写真、連句、詩歌、俳句、自由画、心理劇、ダンスなど

「日常生活」

- ・治療ともに重要な役割を果たしているのが、普段の生活におけるケア
- ・認知症の方は、物忘れがひどくなったり、以前まで出来ていたことが出来なくなったりして、不安な気持ちで生活
- ・介護する側（家族など）は、認知症特有の行動に困り本人を叱り付けてしまう場合（認知症の方は不安になるばかりでなく、症状も悪化）
- ・認知症の病気、気持ちをよく理解し、一緒に治療に取り組む

◆脳卒中予防十か条（社団法人 日本脳卒中協会）

手始めに	高血圧から	治しましょう
糖尿病	放っておいたら	食い残る
不整脈	見つかれば	すぐ受診
予防には	タバコを止める	意志を持って
アルコール	控えめは薬	過ぎれば毒
高すぎる	コレステロールも	見逃すな
お食事の	塩分・脂肪	控えめに
体力に	合った運動	続けよう
万病の	引き金になる	太りすぎ
脳卒中	起きたらすぐに	病院へ