



認知症疾患医療センター

センター通信

春号
令和4年度

センター長変更のお知らせ

令和4年3月31日をもって中居龍平医師が桔梗ヶ原病院認知症疾患医療センター長を退任いたしました。

後任には桔梗ヶ原病院長園原和樹医師が就任いたします。

引き続きよろしくお願いたします。

【妄想と心理学】

中山 聖悟 臨床心理士/公認心理師

認知症には記憶障害や見当識障害といった認知機能障害の他に、妄想や暴言といった精神症状がみられることがあります。この精神症状があると介護者の負担が大きくなり、本人の生活の質も低下してしまうという事で注目されています。

認知症に関係する妄想の中では財布や金銭が盗られたといった『被害妄想』、配偶者が不貞を働いているといった『嫉妬妄想』が有名であります。とある研究では認知症の約4人に1人に何らかの妄想を認めており、やや女性の方が発生率が高いそうです。



ではその妄想についてもう少し心理学的に考えてみます。妄想はその修正不能性から、正常とはかけ離れた精神症状として考えてしまいがちです。ですが



クスクス笑っている人たちを見て「ひょっとして自分の事を笑っているのではないか？」と感じてしまうことは普段の生活でも起こる事です。

そしてそう感じてしまう確率は正常な人と精神障害者で差が無いという事が近年の研究で分かっています。

では正常と精神障害の差はどこから生まれてくるかと言いますと、元々のストレスに対する弱さとその人の個性と考え方の癖が影響しているようです。

考え方の癖については①悪い出来事を他人や環境のせいにする傾向、②何でも自分が関係しているのではないかと考える傾向、③すぐに結論を出してしまう傾向が強いと妄想へと発展しやすいようです。



次に妄想に対する治療についてです。

精神障害でもまだ認知機能が保たれている初期であれば薬物療法で妄想が改善する事は多いです。心理療法も効果が見込めます。

ところが認知症の場合ですと、薬物療法では更に認知機能が落ちてしまう可能性があるため難しく、新しく覚えることが難しいので心理療法の効果は薄く、全体的に治療は難しいようです。

ですので妄想があっても生活ができるように関わりの工夫・介護の力で支援していくことが大切になります。本人の話を否定しても、逆に強い心理的抵抗や反発を招いてしまい、妄想を強めてしまいます。妄想的な話は「共感はないけど、理解はする」スタンスで聞き、すっぱりと話題を変える勇気を持ちましょう

すっぱり〜♪



2022年度の計画

- | | | |
|-----|--|------------------------------|
| 7月 | 事例検討会① | ○ 講師派遣御依頼は随時受け付けております。 |
| 9月 | アルツハイマー月間、アルツハイマーデイ
オレンジライトアップ (検討中)
運転免許を考えるフォーラム (検討中) | ○ 認知症カフェなど地域の活動にも積極的に参加致します。 |
| 10月 | 認知症疾患医療センター地域連携会議
認知症疾患医療センター認知症研修会 | |
| 2月 | 事例検討会② | お気軽にお問い合わせください。 |

フレイルとサルコペニア

笠原 滋美 外来看護師長

近頃高齢者に関する話題の中で『フレイル』という言葉と、『サルコペニア』という言葉を見聞きする機会が増えたと思いますが、皆さんも聞いたことあるでしょうか

フレイルを日本語にすると「虚弱」や「脆弱」、「老衰」といった意味になってしまうますが、正しく介入すれば戻ることができるという意味を込めて日本老年医学会が「**フレイル**」という呼び方を提唱しました。

フレイルとは加齢とともに心身の機能が低下し、知らず知らずのうちに予備の力が低下してしまい、結果的に病気になりやすくなったり病気になってしまった時の回復力が下がってしまい、生活がうまくいけなくなってしまう可能性がある状態です。

一方で「**サルコペニア**」は、加齢などが原因で筋力が低下してしまい、それによって動作の俊敏性が失われて転倒・骨折しやすくなってしまった身体的な状態をいいます。

サルコペニアの原因は加齢だけではなく、低栄養や活動不足でも陥ってしまいます。健康を意識してお肉を敬遠する方もいますが、高齢者にと手はお肉に含まれる脂質や動物性たんぱく質も重要な栄養素となります。

サルコペニアかどうか確認するために一つ検査をご紹介します。

足立ちテスト

両手を腰にあて、片脚を5cmほど上げて60秒ほどキープしてみましょう。キープできる時間が15秒未満の場合は要注意です。転ばないように近くにすぐつかまれるものを用意して行ってください。



フレイルは筋力を中心とした身体的問題だけではなく、頭の機能(認知機能)の問題、うつや不安といった精神・心理的問題、独居や経済的困窮などの社会的問題を含む、サルコペニアよりも広い概念です。

フレイルの状態に、早くに気付く事ができ、早くから介入することができれば、フレイルの状態から健常に近い状態へ改善したり、要介護状態に至る可能性を減らせると期待されています。

この介入についてはまた別の機会でご紹介したいと思います。ご心配な方は外来看護師までお尋ねください。

医療法人社団 敬仁会 桔梗ヶ原病院
〒399-6461 長野県塩尻市宗賀 1295
電話番号 : 0263-54-0012
F A X : 0263-52-9315

桔梗ヶ原病院
認知症疾患医療センター
直通電話番号 : 0263-54-7880
F A X : 0263-54-7881
E メールアドレス : geriatric-medicine@keijin-kai.jp