

## 当院の認知症診療の特徴

【1】認知症の診断には長年の経験が必要です。当院の院長は、大学卒業後まもなく、研修をしている頃から、認知症の症例を経験し、認知症診療の研鑽を始めました。

平成14年、加古川市民病院に「ものわずれ外来」を開設し、アルツハイマー型認知症、血管性認知症、レヴィー小体型認知症、前頭側頭型認知症の4大認知症を中心に、年間およそ150例の新規症例を診療しています。皮質基底核変性症、脊髄小脳変性症、核上性麻痺、意味性認知症などの比較的まれな認知症も経験しています。

【2】当院には認知症診断にあたって重要な役割を果たす、認知機能を評価する専門職がいます。

専門的な検査ができますので正確な診断の役に立ちます。

【3】認知症の中には、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫など、早期に診断すれば治療可能な疾患もあります。その診断のためには、血液検査や画像検査等を行う必要があります。他の施設と連携してこれらの必要な検査を実施しています。

【4】患者さん本人が受診を嫌がる場合でも、受診しやすくするための工夫をお教えします。

家族だけでも相談にお越しください。

【5】診断しただけではほとんど意味がありません。当院では、診断がついた後の診療も行っています。投薬治療、日常生活の相談にも応じています。ご希望や病状によって、かかりつけの先生や、より詳しい検査をする病院をご紹介しますこともあります。

【6】診断がついた後、希望者には疾患の詳しい説明と対処法、利用可能な制度の説明を、PSWが行っています。そのため、専用の部屋と、1時間弱の時間をとっています。

認知症に家族がどう対処したらよいか、どのような生活をすれば悪化を予防できるか、介護負担を軽減するための方法と介護するにあたって利用可能な様々な社会・福祉制度をお教えします。

【7】認知症の診療を行うには介護職、薬剤師、看護師、行政との連携が不可欠です。

当院ではこういった多職種との連携にも力を入れています。

認知症は、一部を除いて、完治することのない疾患です。だからといって、何も打つ手がないわけではありません。適切な薬物の使用や、環境を整える、適切な関わり方をする、適切なサービスを利用する、といったことで、進行を遅らせ、徘徊、不安、興奮、昼夜逆転といった、本人も苦痛で、周りの人が困るような症状を未然に防いだり、治めたりすることができます。そのためには、一人ひとりに合った対処をしなければいけません。当院では、介護サービス事業者やその他の関係する職業の人たちと協力して、その人本人に合った、適切な診療・介護を提供することを目指しています。

## 「ものわすれリハビリ」を行っています。

軽度の認知症、または軽度認知障害(MCI)の方を対象とした、悪化予防・発症予防のためのリハビリテーション、すなわち「ものわすれリハビリ」を行っています。

軽度認知症の方、軽度認知障害(MCI)の方の

- 悪化予防に
  - MCIの方が認知症に進行しないように
  - 仲間作りの場に
  - 生活に張り合いを持つために
  - 家族円満の一助に
- ご利用ください。

参加できる方は

- ① 安定して歩ける方
  - ② 言葉の理解が出来る方
  - ③ 難聴がひどくない方
- ① から③のすべてを満たす、軽度認知症または、軽度認知障害の方です。

**軽度認知症の方や軽度認知障害(MCI)の方は、できることがたくさんあります。でも放って置くとどんどん悪化して・・・。**

軽度の認知症の人、または、軽度認知機能障害の人ほどリハビリテーションが大切です。

認知症と言うと「何もわからない人」「何もできない人」という誤ったイメージが未だに世間に流布している状況です。しかし、何もわからない、何もできない、と言う状態は相当認知症が進んだ末期の状態の話であって、初期の方は、物忘れがひどかったり、判断力が低下したりして、日常生活に援助はいるけれども、いろんなことが理解できて、実行できる状態です。つまり、「一部は病気のためにできないけれども、それ以外のことは普通にできる状態」なのです。

ところが、認知症の方は初期の段階から「アパシー(無気力状態)」という状態になりやすく、独りで放って置かれると、今までしていた趣味をやめてしまい、家事もおろそかになり、何もせず、何処へも行かないという状態になります。こういった状態が続くと、認知症が悪化してしまい、物忘れがどんどん悪化し、できないことがどんどん増えてきます。

また、昼夜逆転して、夜中に外に出ていこうとしたり、幻覚や妄想にさいなまれて大騒ぎをしたり、用事もないのに出歩いて迷子になったり、体の不調をしきりと訴えて家族を呼び出したり救急車を繰り返し読んだりするようになります。こうなると、家族間の関係も悪化してしまいます。

一方、軽度のうちに、定期的に出かけて、頭と体を刺激することを行っていれば、このような「悪化」を防ぐことができます。趣味を続けたり、家事を続けたり、人付き合いを続けたり、仕事を続けたりすることが大変効果的です。しかし、それを認知症のご本人だけの力で行うのはほぼ不可能です。というのも、認知症の方は一人で放っておかれると、何もなくなるからです。では、どうやって「悪化」防止を実行すればよいのでしょうか？まさか家族がつきっきりで相手するわけにはいかないでしょう。病院の先生やケアマネージャーからは、デイサービス利用を進められることが多いでしょう？ところが...

当院では、軽度の認知症、または、軽度認知障害(MCI)と診断された方を対象に、「ものわすれリハビリ」を行っています。現在、軽度の認知症や軽度認知障害の方を対象としたリハビリテーションプログラムを受けられる施設は大変少なく、播磨地方の医療機関に至ってはほぼ皆無といった状況です。このため、軽度の認知症、または、軽度認知障害と診断された方が、どうしてよいかかわからず、何をしたらよいか、どこか行く所はあるのかと、困っているとの声をよく耳にします。

軽度の認知症の方は、通常のデイサービスやショートステイに参加すると、話が合う相手がいなかったり、提供されるプログラムが物足りなかつたりして、サービス利用を中断してしまうことが多いものです。あるいは、見学した段階で、雰囲気が合わず、「あそこは自分のようなものに行く所ではない」と利用を拒絶されることも多くあります。

実際に、軽度の認知症の方が多く参加されているデイサービスやショートステイは大変少なく、一般のデイサービスや、ショートステイで用意されているプログラムは軽度の方を対象としたものではないことが多いです。そのため、会話が噛みあわなかつたり、プログラムがつまらなくて、行く気がなくなるのも無理のないことです。実際、当院通院中の患者さんで、デイサービスにいったけれども中断してしまった方からは、「デイサービスに行ってみただけ...」「話し相手がいなかった」「幼稚園みたいなことをしろと言われた」「妙なことをする人が居て困った」「一日何もすることがなかった」「あそこは私が行く所ではないと思った」という声を聴くことがまれではありません。特に、軽度の患者さんは通常の介護サービスを利用すると、自分の現状に合わず、中断してしまうことがしばしばあります。

そこで、当院では、こういった軽度の認知症、または、軽度認知機能障害の患者さんを対象に、「認知症リハビリテーション」を試みてみました。その結果、デイサービスが続かなかつた患者さんも、定期的に受診してリハビリテーションに参加するようになりました。皆さん、生き生きと参加して、参加中は笑い声が絶えない場となっています。表情が明るくなり、体の調子もよくなったとおっしゃる方がでてきました。ご家族の方も、「本人が明るくなった」と喜んでおられます。

### 当院で行っている、「ものわすれリハビリ」とは？

基本的には、「頭を使うゲームをしながら、体を動かす」と言う事を行います。

これは「デュアルタスク」と言って、脳の刺激効果が大きく、認知症の発症、進行予防に効果的と言われています。運動単独、頭を使うゲーム単独、を行うプログラムを実施している施設はたくさんありますが、この「デュアルタスク」を行っている施設は非常に少ないのです。

実際にやってみるとわかりますが、簡単に見えるようなプログラムでも結構難しく、やりごたえのあるものです。

1チーム4人までのチーム制で実施します。

半年間、隔週で実施のプログラムです。

実施可能なチーム数には限界がありますので、参加まで、お待ちいただくこともあります。

### 「ものわすれリハビリ」に参加するには

① まず、当院を受診してください。電話であらかじめご予約の上受診して頂くと、待ち時間が短くなります。

ご予約の際、「ものわすれリハビリ希望」とおっしゃっていただくと、スムーズに手続きできます。診断した医療機関の招待状をお持ちください。

② 受診して頂いたら、まず、医師の診察を受けて頂きます。

③ プログラムに参加可能と医師が判断すれば、認知機能のテストとプログラムの参加予約をしていただきます。

④ プログラムの開始日が来たら、いよいよ、プログラム開始です。

さあ、楽しく、元気に、認知症予防のプログラムに参加しましょう！