

痴呆療法士（一九七五年～）

認知症患者の日常生活動作（排泄、摂食、衣類の着脱、入浴、整容など）の自立度を高めさせるとともに、大脳の働きを賦活させる働きかけを専門に行う痴呆療法士という新しい職制を設けました。

大学で心理学を専攻し、且つ、楽器の演奏ができる者を、痴呆療法士として採用しました。

頭の血のめぐりを良くすることも大切ですが、脳は場所によって担当する働きが違うという特徴があり、特に、人間独自の精神活動、すなわち、言葉を話す、手を使う、立って歩くという行動は、脳の広い領域が担当しておりますから、大脳を効率よく賦活するためには、人間独自の精神活動を楽しく行うことが重要なのです。

1. 思い出話を

ご本人が一番得意になってお話しされる思い出を、ご家族やまわりの親しい人々から取材し、それを思い出されるように度々話しかけをします。

例えば、もと新聞記者だった人には、どうやって特ダネをとられたのかとか、昔、社長さんだった人には、どうして会社を発展させたのかと話しかけるのです。

言うまでもなく、立ったまま見下すようにして話しかけるのではなく、隣りに腰かけて、目と目を合わせ、スキンシップをしながら思い出を聞き、相手のお話に関心をもちながら、ご立派ですねとか、素晴らしいですねと、大いに褒めてあげることが重要です。

2. ご本人の好きな手作業を

書道、裁縫、キャッチボール、農作業、園芸など、ご本人が一番喜ばれる手作業をやっただけでなく、いつもお上手ですねと褒め続けます。

私達がこれを始めた頃、今から三十年位前には、男性はお習字、女性はお裁縫が一番喜ばれたものです。これは、この方々が小学校時代に最もよく学ばれたことだったからだと思います。

しかし最近では、どちらもあまり好まれなくなり、むしろ、キャッチボールや園芸を喜ばれる患者さんが多くなってきました。

認知症の症状も、その内容は時代とともに変わってくるものです。昔多かった濫集癖や異食は、最近ではめっきり少なくなり、帰宅要求もすっかり減ってきました。

3.お散歩

寝ていたり座っているよりも、立って歩く方がはるかに頭の血のめぐりは良くなります。だから少くとも、1回二十分位のお散歩はぜひなさってください。

但し、歩き過ぎ、徘徊のし過ぎは、認知症を増悪させ、寿命を縮めます。

なぜならば、歩くのに必要なエネルギーは酸素を使って作られますから、長い時間歩き続けると、大量の酸素が使われるために、体の中で非常に多くの活性酸素が発生して、まわりの細胞を傷害してしまい、認知症、ガン、老化などを促進します。これを酸化ストレスといいます。

昔、或る認知症専門病院が、患者さんを自由に徘徊させるためには、病院の廊下を回廊式にすべきだと主張し、厚生省もこれに賛成して、回廊式でないと、認知症専門病院と認めないこととしました。

然し、認知症の患者さんは、歩き疲れたから休もうとする判断ができませんから、回廊式廊下をひたすら歩き続け、そのために、酸化ストレスから病状を一段と悪化させ、死期を早めてしまいます。

これに対して、私は、1回20分位の散歩なら、体の中でできる活性酸素の量よりも、活性酸素を消すように働く抗酸化酵素の産生量の方が多いので、徘徊は1回20分位にしなくてならないから、病院の廊下は回廊式とはせずに、廊下の突き当たりや真中あたりには、患者さんが座って休める椅子を置くべきだと主張しました。

最近やっと、厚生省も回廊式の弊害を認めるようになりました。