



新潟県立看護大学

老年看護学 北川公子

残念ながら今のところ
認知症を治す治療薬は見
つかっていません。アル
ツハイマー型認知症に対
してアリセプト®という
薬が使われていますが、
これも症状の進行を遅ら
せる薬なのです。

薬を用いた治療
を薬物療法とい
うのに対して、薬を使わ
ず症状の改善や進行予防
を目指すかかわりを非薬
物療法、あるいは代替療
法といいます。認知症に
対して、園芸療法、動物
介在療法(ペット療法)、
化粧療法、運動療法、回
想法など、多くの非薬物

認知症の非薬物療法

療法が試みられています。
有資格者や専門家によっ
て行われる専門的なもの
から、そうでないものま
でいろいろですが、刺激
の少ない日常を送りがち
な認知症の人にとって有
効性は高いようです。

ここでは「療法」うん

ぬんにとらわれず、認知
症の人とご家族とが、と
もに楽しんで行えるもの
をご紹介しますと思いま
す。

①「思い出話」 認知症

の人は、新しいことを覚
えるのは苦手ですが、昔
の記憶は比較的、保たれ

ています。でも、
せっかく保たれ
ている記憶も、
思い出すことが

ないと、どんどん失われ
てしまいます。古いアル
バムや思い出の品を見な
がら、思い出話を引き出
してみてください。歌を
歌うことも、記憶を刺激
するとても有効な方法で
す。

②「運動や遊び」 体を

動かす
ことに
よって、

低下している脳の血流も
促進されます。外出によ
る気分転換や骨粗しょう
症の進行予防にもつなが
ります。散歩のほか、ス

トレッチを盛り込んだ体
操、ゲームの要素を取り
入れた遊びりテーション
などが手軽な運動メニユ

1です。

③「昔取ったきねづかに
働きかける」言葉によ
る思い出話が苦手な人
も、長年、身についた動
作や行為は症状が進んで
も保たれている場合が多
いといわれています。例
えば、ぞうきんを絞る、
野菜のみじん切りをする、
などです。重度の認知症
なのに、般若心経を朗々
と唱える方に出会ったこ
ともあります。もちろん、
みじん切りができるから
といって料理のすべてが
できるわけではありません
。その人が得意とする
ワザを見つけ、行っても
らい、そのことを賞賛す
る。認知症の人が、「誰か
の役に立つことができ
た」と実感できる機会と
もなります。