

ヘルスケア・レストラン

2011
5
May

医療・保健・福祉・介護の栄養と食事サービスを考える



認知症患者への食の提供

特集1 高齢者の尊厳を守りたい



特集2 「なぜ？」から始まる研鑽への道
日々の業務を発表へつなごう

特集3 わたしたちのこだわり
病院食のおいしさを守る



●ミール・ドキュメント 食に焦点

ハートランドしぎさん

食べにくさを軽減する

やわらかハート食

咀嚼・嚥下困難で、
喫食率が低下している患者の食事

緊急企画

そのとき、そこで何が起ったのか

東日本大震災発生直後の
栄養士たちの声



熊谷頼佳氏

医療法人社団 京浜会 京浜病院院長

患者さんの体験記憶を悪くさせないこと 「おいしい」にはいい記憶を残す力がある

認知症は、さまざまな症状が現れ、症状が出たりよくなったりを繰り返すことから、一般的に理解が難しい。

京浜病院院長の熊谷頼佳医師に、アルツハイマー型認知症を中心に、認知症の経過と特徴的な症状、それに合わせた対応の仕方を解説していただいた。

アルツハイマー型認知症は 7年と3年に分けて考える

認知症はこれまで、どのような症状であつても一くりにまとめて考えられてきた傾向がありますが、ここ数年でいろいろなタイプがあることが一般的にも知られてきました。

認知症のなかでもっとも多いのがアルツハイマー型認知症です。

アルツハイマー型認知症は、およそ10年の病気と考えられます。アルツハイマー型認知症と診断がつくまでに7年、診断がついてからが3〜4年。もちろん幅はありますが、断定的に言いきってしまうと7年と3年に分けられます。私はこのようにわかりやすく考えています。

診断がつくまでのおよそ7年は、これまで認知症ではないと考えられていましたが、今は軽度認知障害(MCI)と呼んでおり、この段階での治療も可

能です。認知症は、視覚や聴覚、認知機能が低下する中核症状が根本にあり、それによって妄想や徘徊などの周辺症状や、身体機能が低下する身体症状が現れます。

アルツハイマー型認知症の初期の7年間、つまり軽度認知障害のときの周辺症状として必ず発生するのが、がんこになる、怒りやすくなるなどの症状です。これらの周辺症状が現れたとしても、どんどん悪化するわけではなく、一時的にそのような状態になったり、元に戻ったりを繰り返します。一方で、軽度認知障害のときは、身体的な症状はほとんど出現しません。身体は元気で、どちらかというところ活発になります。それが後半の4年間(中等度認知症、高度認知症)になると、少しずつ体力が落ちてきて、不活発になる、歩行しにくい、転倒しやすい、失禁する、家中に閉じこもるようになるなどの症状が現れ、やがて寝たきりの状態になり

ます。

したがって、軽度認知障害のときに、その症状を見つけて治療を開始できると非常に効果があります。この状態で抑えられれば、認知症を発症せずに一生を終えることもあるのです。なるべく初期のうちに治療を開始し、身体機能を維持しつつ後半の4年、5年、6年と長く生きられるような治療法とケアをすることが重要であると私は考えています。

周辺症状による3分類と それぞれの対応

私は、アルツハイマー型認知症の周辺症状を3期に分けて考え、「混乱期」「依存期」「昼夢期」と名づけています。

●混乱期

前述したように、がんこになる、怒りやすくなるなどの興奮している状態です。もつともよく起きる症状が被害妄想です。ものを盗まれたとか、意地

悪をされているかと思ひこみます。周りの人やものが自分に対する攻撃に見えてしまうため、介護者の手を払いのけたり、大声でどなったりします。徘徊する、ベッドや車いすから落ちようとする行為は、自分にとって危険な場所から逃げようとしていることの現れです。

こうした症状は、認知症を発病した人の家族に聞き取りをすると、「6〜7年前からそういえば……」と思ひ当たるエピソードが必ず出てきます。

このような混乱期に、家族や周囲の人が理解をして適切な対応をしないと、本人はさらに興奮してしまい、症状は悪化する一方です。対応の仕方として重要なのは、「本人の訴えを否定しないこと」です。

認知症の人は、軽度るときはもちろん中等度、高度になり、抽象概念記憶というものを覚えることができなくなつても、体験記憶や感情記憶は残つ



くまがいよりよし

1952年、東京都生まれ。77年、慶應義塾大学医学部卒業後、東京大学医学部脳神経外科学教室入局。その後、東京警察病院、都立荏原病院、自衛隊中央病院などを経て、84年、京浜病院勤務。85年、新京浜病院院長就任。92年、京浜病院院長就任。2000年、医療法人社団京浜会設立、常務理事に就任。専門は脳神経外科

ています。たとえば、財布が盗まれた
と思ひ込んでいるときに、娘に「お母さ
ん、そこにあるじゃないの」と厳しく
言われたら、なぜ怒られたかは忘れて
しまうのですが、怒るようなこわい娘
だという記憶が残ります。残念なこと
ですが、一番身近な人、もつとも介護
をしていてくれる人に対して被害妄想
が起きやすい。なので、不愉快な記憶
を残さないように、一緒にお財布を探
す素振りをしたりして、できるかぎり
本人の思いどおりに対応することが求
められます。

一方で、抗てんかん薬や抗精神薬を
使用して脳の興奮を抑える治療をして
いきます。このときに、再び興奮やせ
ん妄が起きるのではないかと心配して
薬をやめないケースがよくあるのです
が、不必要な投薬を続けることで認知
症が擬似的に進んでしまう恐れがあり
ます。ですので、患者さんをよく観察し、
できるかぎり薬の量は減らしつつ状態
を維持していくことが最良の治療法で
あると考えています。

● 依存期

薬による治療や、時期が経って、興
奮やせん妄の状態が治まると、「甘え」
の状態になります。甘えには2種類あ
ります。一つは、怒りっぽかったり、つっ
かかっていたりして、好きな子にわざわざ
意地悪をするような子ども的心境に似
ています。かまってほしくて、余計な
行動を起こします。

もう一つは、しつこさや執着が強く
なることです。何度も何度も呼び続け
たり、音を鳴らし続けたり、人の手を
握って離さなかったりします。この時
期は、相手の反応を欲しがっているの
で、なるべく一人にせず、十分に介護
をして対応します。引きつづき薬によ
る治療も行ないます。

● 昼夢期

依存期を過ぎると、自分の世界に浸
るような、夢の世界に生きているよう
な状態になります。病室のベッドが自
分の家と感じたり、病院や施設のスタッ
フが家族だと思ひこみます。私も家族
と間違われたのか「お茶を出してく
れ！」と患者さんに言われたことがあ
りますが、そのような場合は、その登
場人物になりきって役割を果たしてあ
げることです。この時期は、薬による
治療は必要ないと私は考えています。

以上が、アルツハイマー型認知症の
周辺症状の経過とその対応ですが、こ
のようなパターンに当てはまらない認
知症があります。

その代表的なものがレビー小体型認
知症ですが、認知機能が低下する中核
症状とともに、転びやすいなどの身体
症状が初期から現れます。周辺症状は
アルツハイマー型のようには大きく現
れません。

また、前頭側頭型認知症では、身体
症状はあまり出ませんが、周辺症状が
高度認知症になっても治まりません。
適切な治療をしないと、在宅でも施設
でも介護が難しい状態が続きます。

さらに、軽度認知障害のまま進行し
ない認知症もあります。いずれにして
も脳の解剖をしなければ認知症の確定
診断はできませんので、当院では患者
さんの症状を見ながら、今どの時期で、

どの程度の状態かを記録をつけて観察
し、それに応じた治療とケアにあたっ
ています。

「おいしい」という味覚を 早く回復させること

認知症の症状が現れると、それまで
の行動からいろいろなることが変わるた
め、食生活も環境も崩れていきます。
そのため、栄養のバランスも悪くなり
味覚障害も起こります。それまで好き
だった食べ物も「おいしくない」と言っ
たり、つくってくれた人に向かって「毒
が入っている」と暴言を吐いたりし
ます。

大事なのは、「おいしい」という味覚
を早く回復させることです。食べたく
ないと言っているのに食べてもらうの
は難しいところですが、患者さん本人
の記憶に鮮烈に残っている好物がやは
りきっかけになるようです。もちろん、
口腔内の状態や栄養状態の改善などい
ろいろな条件が必要になりますが、食
べられる環境をつくって味覚をよみが
えらせることで、患者さんの反応がよ
くなったり、顔つきも安定してきたり
します。

食事は、誰にとっても大きな体験記
憶です。認知症の患者さんであっても、
味覚はなかなか記憶から抜けるもので
はありません。認知症の症状を安定さ
せるには、「おいしい」と思って食べる
ことがとても大きな力になります。

小さな外出でケーキやコーヒーを楽しむ 懐かしい気持ちで気が持ちが覚醒をもたらし

約20年前に急性期から療養型へ転換した京浜病院。それを契機に、食に関するイベントを毎月2〜3回の頻度で開催し、継続してきた。ただ安静に療養するだけでなく、刺激と緊張のメリハリのある入院生活にすることで、懐かしさを思い出す機会をつくっている。



取材でうかがったこの日、合唱や紙芝居、AKB48の物まねなど、趣向を凝らした出し物の数々が上演された

いつものリハビリ室が 華やかなお祝い会場に

震災後の3月下旬、新京浜病院の廊下は節電のために消灯し、ひっそりとしていた。ただ、リハビリ室の前だけはオレンジや黄色の花飾りで彩られ、中から明るい光がさしている。入り口にはこんな張り紙が――。

「只今、今月のお誕生日会を開催しています。どなた様も御自由に中にお入り下さい。御一緒にお祝いをしましょう。院長」

京浜病院では毎月、その月に誕生日を迎える入院患者のお誕生日会を開催している。参加者は、対象月の患者とその家族、そして熊谷頼佳院長、志越顕副院長、高倉公朋名誉院長も同席する。

会場のリハビリ室。「院内に広い場所

がなくて……」と、栄養部の上野ゆん子部長は話すが、黄色のテーブルクロスや飾られた花(ドライフラワー)がお祝いの雰囲気盛り上げている。リハビリの器具が片側に寄せられているが、そちら側の電気は消えていたので目に入らずほとんど気にならない。

開始時刻の15時直前になると、車いすに乗った患者たちが、各病棟の看護師や介護福祉士とともに集まってきた。私服に着替えた患者たちは、それぞれの胸に花のプローチをつけている。

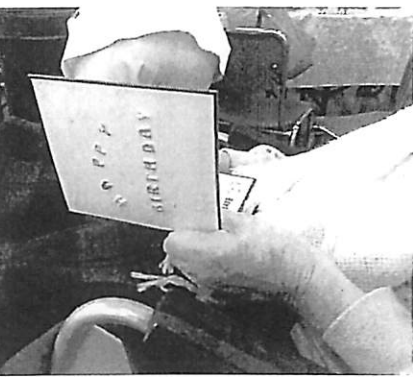
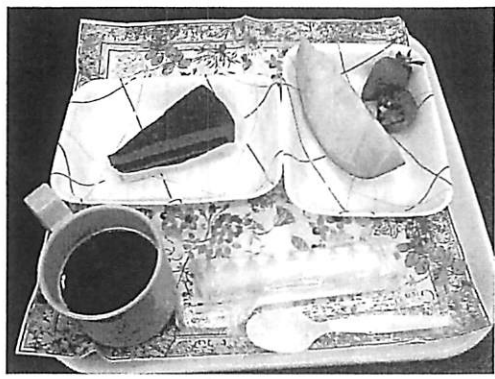
「認知症の患者さまにも、非日常空間という、いつもの場所と違うロケーションが必要で、場所が変わることで、これから出かけるんだという気持ちになる。お誕生日会は、小さな外出なんです」(熊谷院長)

着替えば、お誕生日会開催の趣旨を事前に家族に伝えて、「当日、何かお

Case study



私服に着替えて会場に集まった患者たちの胸には花のブローチがつけられた



お誕生日会当日、患者にプレゼントされたお誕生日カード
お誕生日会で提供されたケーキとフルーツ、そしてコーヒー

召しになっていただきたいものがあればご用意ください」とお願いしているという。ブローチは、患者が過ごすから病棟、すみれ病棟(京浜病院)、菜の花病棟、ひまわり病棟(新京浜病院)の花をあしらったもので、病棟スタッフの手づくりだ。女性患者の中には口紅などちょつとした化粧をして参加する人もいる。

日常生活にある 適度な緊張を感じてもらおう

身支度を整えて病室から外へ出ること。同院では、こうした小さな外出の機会を、月に2〜3回設けている。熊谷院長は、認知症を抱える患者には特にこうした刺激が必要だと強調する。「私たちは生活のなかで時に緊張を感じて生きています。しかし、入院中もいつも病室の中の同じ空間で、それはそれで居心地がよくなっているかもしれません。まったく刺激のない状態と言えます。場所を移ったり、ほかの人に会ったりする適度な緊張が、記憶が戻ってくるきっかけにもなるのです」

小さな外出は、お誕生日会のほか、月に1度の喫茶の会や、ラーメンの会がある。1階の廊下や窓際に机を並べた即席の会場へ、患者たちは車いすを押しもらってやってくる。喫茶の会ではサイフォンで淹れたコーヒーの香りに「若い頃によく喫茶店に行った」と話す人や、窓から見えるトラックに「長

年していた仕事」を思い出す人もいるという。そして、熊谷院長をはじめ病院スタッフが毎回驚くというのが、日頃、水でむせてしまう患者がコーヒーやビールは問題なく飲み込める場合があることだ。

「患者さまのそのような姿を見ていると、『おいしい』と感じる味覚が身体に鋭敏に反応するとわかります。それを毎月のように何回も何回も繰り返し刺激することで、食べたい・飲みたいという欲求につながるものと考えます。こうした刺激が毎日では患者さまも疲れてしまいますが、月に数回という頻度にするので、また喫茶店に行つてコーヒーを飲みたい、ラーメンを食べたいという楽しみのある生活になるのです」(熊谷院長)

車いすに乗せるのは 移動が目的ではない

京浜病院・新京浜病院では入院患者のほとんどが車いすを使っているため、病棟の看護師や介護福祉士らが会場となる1階まで連れてくる。熊谷院長の考えで、参加できる患者は全員参加できるようにしており、職員たちの労力は大きい。検査部門や事務職の職員も患者の移動を手伝う。なかにはストレッチャーで運ばれてくる人もいるという。

「食べたり飲んだりができなくても、みんなが集まっている様子や音を感じ

てもらうために会場に連れて行きませす。寝たきりで無表情の人が、クリスマス会でみんなの歌声を聞いて涙を流していたこともありました。ちゃんと聞こえてはいるし、感じている可能性はあるのです。それで覚醒をして話し出すことはなくても、表情は穏やかになるし健康状態もよくなると、私は思っています」(熊谷院長)

お誕生日会では、スタッフが病棟ごとに出し物を披露する。今回は、「ひなまつり」などの春の歌の合唱や、AKB48のものまね、紙芝居があった。歌が流れると、患者たちも手拍子をしたり、口を開けて一緒に歌おうとしたり、指揮をしながらリズムをとったりし始めた。

「私たちは、患者さまに車いすに座つて移動してもらうことが目的ではないんです。ただ車いすに乗ってほつと座っているだけでは意味がありません。ご自分で何かを見よう、聞こう、楽しもうという気持ちになっていただくこと。すると、自然に患者さまの背筋も伸びてくるのです」(上野さん)

3月のお誕生日会の最後には、熊谷院長の提案で、東北地方の被災地を思つて「ふるさと」を合唱した。歌詞を見なくても、皆がなんとなく口を動かして歌い始めた。「認知症になって知識は忘れても、身体で覚えたことは忘れない」という熊谷院長の言葉どおりだった。