

〈連載6〉

認知症が 書を改善していく方法だ。

進み、子供の顔も忘れてしまった人が、ちょっとした誘導で童謡などを歌いだし、最後まで歌い切った周囲を驚かせる例がよくある。

今、音楽療法は認知症の治療および予防法の一つとして重要な位置を占めている。

感じて治す! 驚きの音楽・アロマ療法

認知症患者に歌う音楽療法を取り入れているところちあき脳神経外科クリニック(東京都大田区)の工藤千秋院長は次のように指摘する。

「認知症では歌唱と回想法の併用が記憶障害の改善に有用です」

回想法とは認知症に対する治療法の一つ。治療スタッフが上手に誘導し、患者に過去を回想させて出来事などを思い出させ、記憶障

なる。脳内の神経伝達物質

アセチルコリンを増やす薬をはじめ、いくつかの治療法があり、回想法も音楽療法もその一つだ。

「音楽は聴く、歌う、演奏するのいずれも右脳を刺激し、認知症にいい影響をもたらしますが、通常は歌唱と回想法を併用します。歌はそれを覚え、歌った頃のさまざまな記憶と結びついていて、歌を思い出しながら歌ってもらうと、当時の記憶も一緒に出てきます。歌った後、療法士がその記憶を上手に引き出してい

「たなはたさま」「我は海の子」、8月「東京音頭」「月の砂漠」、9月「月」「十五夜お月さん」、10月「もみじ」「里の秋」、11月「旅愁」

認知症患者が歌った頃の記憶を取り戻す回想法

当識の障害も起き、日付や時刻、曜日、居場所やどこから来たのか、この人は誰かなどがわからなくなる。

現在のところ、認知症に

対する特効的な治療法はない。早期に発見し、記憶障害の進行を防ぎ、改善を図り、日常生活が続けられるよう支援する治療が中心と

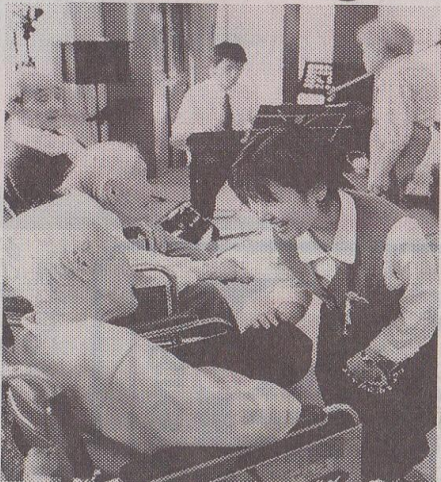
ば、患者さんの記憶システムが刺激され、記憶障害の改善につながります」(工藤院長)

認知症では新しい記憶から忘れ始め、古い記憶——特に思春期の記憶は保たれていることが多い。当時に覚え、歌った曲はさまざまな出来事と結びついて深く

「たき火」、12月が「聖夜」シングルベル」などだ。

この歌唱+回想法は認知症の記憶障害だけでなく、加齢による健忘の改善にも有用。昔の歌を懐かしい思い出に浸りながら歌えば、脳の活性化および、ほげ防止に役立つという。

〈特別取材班〉



認知症に効果があるとされる音楽療法に取り組み高齢者施設は少なくない

どんなジャンルでも

【音楽と右脳】

大脳は左脳と右脳に分かれている。左脳は言語、計算などを担い、情報処理の仕方が局所的、分析的、論理的。右脳は音楽、芸術などを担い、情報処理の仕方が全体的、感覚的、感情的。

左脳は会話、読み書きなどによって日常的に働かせているが、右脳はあまり働かせていない人が多い。

が多い。

ただ、右脳を刺激すると、脳の複雑な機能をコントロールする「前頭前野」が活性化し、脳の老化やほげの防止に役立つと報告されている。

音楽はジャンルを問わず、聴く、歌う、演奏する、リズムをとるのすべてが右脳を刺激。絵画、ゲーム(囲碁、将棋、トランプなど)、詩歌、スポーツなども右脳を刺激する。