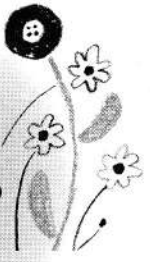


# いっさいいっさい

脳活は、楽しい、が効く！

レストランで大きなキュウリの料理が出てきました。  
西洋野菜の名前があることはわかっているのに、  
出てきません。そこにいる同世代3人、  
全員出てこないのです。なんだっけ、と話そうち、  
笑ってしまいました。そのうち、思い出すよ。  
そう話して、また笑いました。特集です。

GOMI  
TARO



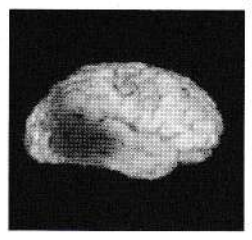
脳を活性化する方法は？

# 音楽、美術、ヨガ、マッサージ…… 「補完療法」の効果が続々検証されています。

「持ち駒」が多いほど治療はうまくいく

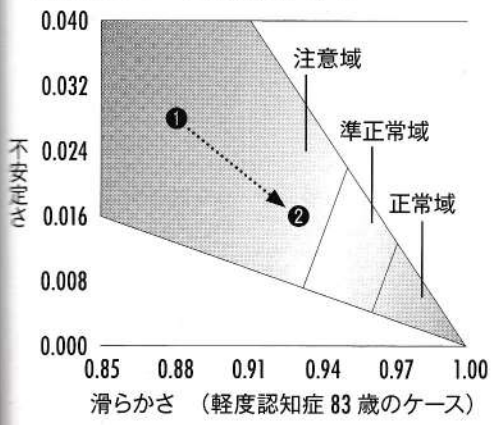
「薬だけでは対応できない部分を補ってくれるのが、補完療法。この「持ち駒」が多いほど、認知症治療はうまくいきます」と話すのは、くどうちあき脳神経外科クリニック院長の工藤千秋さんです。クリニックに併設するデイケアでは、音楽療法やヨガな

脳波が色付きの画像に脳活動の変化を可視化



「脳活動トポグラフィー (NAT)」という手法で、脳波を画像化 (実物は青や赤などで表示)。

脳波をグラフ化、治療の効果が一目瞭然です



NATの結果をグラフ化したもの。ハンドマッサージ後、脳活動が準正常域に近づきました。  
〔『エビデンスに基づく認知症 補完療法へのアプローチ』(ばーそん書房)より改変引用〕

どの補完療法を実施。しかも、それらの効果を客観的な指標を用いて評価しています。左の脳の画像(上)とグラフ(下)は、測定した脳波をわかりやすい形に変えたもの。たとえば、音楽療法の前後で脳波はどう変わったか、あるいは薬や補完療法を一定期間続けた治療効果はどのくらいか、それが画像やグラフで一目瞭然というわけです。

「患者さんやご家族も、目に見える形で効果を確かめられる。やればよくなることわかれると、患者さんもうれしくなり、意欲が増します。これが脳を活性化させることにつながります」と工藤さん。現在、工藤さんは左下の補完療法について客観的な効果を検証し、学会などで発表。散などの漢方薬、そして多彩

な補完療法、これらを患者さんに合わせて組み合わせ、きちんと治療効果を評価する。この流れで必ずいい方向に進みます。認知症になっても、できることはたくさんあります。怖い病気ではないと強調したいですね」(工藤院長)

## 効果が確認されている 主な補完療法

- アロマセラピー
- 音楽療法
- 臨床美術
- 化粧品療法
- 鍼治療
- ヨガ
- マッサージ
- リフレクソロジー
- タクティールケア (スウェーデン発祥の皮膚に柔らかく触れるケア)
- 日本踊りスポーツサイエンス (日本舞踊の動きを使って筋肉を鍛える運動)



くどうちあき脳神経外科クリニック (東京都大田区) 院長  
工藤千秋さん

島根医科大学卒業。英国バーミンガム大学、東京労災病院脳神経外科などを経て、2001年から現職。日本早期認知症学会理事なども務める。編著に『エビデンスに基づく認知症 補完療法へのアプローチ』(ばーそん書房刊) など。