

H25.4.13

旅行療法



長尾和宏 (ながお・かずひろ)

東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療総合診療を目指す。医学博士。近著「平穀死・10の条件」「胃ろう」という選択、しない選択」はいざもベストセラー。関西国際大学客員教授。54歳。

徘徊や暴言、暴力など、認知症の人の「いわゆる周辺症状」に困っている家族は多いでしょう。「いわゆる周辺症状」と書いたのは他に言葉がないからです。

認知症は記憶障害などの「中核症状」と「周辺症状」に分けて考えることに一応なっています。認知症の人の在宅療養が難しいといわれるのには、周辺症状に周囲が悩まされ、対処法がなかなか分から

ないからだと思います。今回は悩みを持つ家族にヒントになればと思い、書いてみます。

80代の認知症の男性Aさんのお在宅主治医を依頼されました。最初は暴言、暴力が大変で、大小便も部屋の中でする始末。大声を出し、触ることもさせません。訪問診療にう



「認知症ケア」シリーズ④

かがっても聴診器を当てるのも採血もできません。もちろん周辺症状を鎮める薬を飲ませることもできません。しかし、3年の歳月を経て、Aさんの周辺症状は劇的に改善し、現在、別人のようになります。

Aさんは月1回、夫婦で泊2日の温泉旅行に行くことになりました。その際、ヘルパー2人を自費で雇われました。夫婦は同じ温泉に入れました。せんから男性のヘルパーが必要なのです。

温泉と食事で、プチぜいたく

一緒に電車に乗り、温泉に入り、おいしい食事を楽しみます。どんなに機嫌が悪い人でも、温かい湯とごちそうがあれば機嫌が直ります。温泉旅行は効果がありました。体を温めると種々の病気がよくなる話はあまりにも有名。

「HSP」というタンパクが誘導され、免疫能も上がりま

ります。私は温泉は認知症にもなことは一切しませんので、に穏やかに自宅で夫婦で暮らしています。Aさんは薬を使わずして、むしろ以前飲んでいたさまざまな薬を中止して、旅行にしたのです。その際、ヘルパー2人を自費で雇われました。夫婦は同じ温泉に入れました。せんから男性のヘルパーが必要なのです。

今では笑顔いっぱいでデイサービス先でも人気者。旅行から帰つて来ると、旅先での写真を見せて説明してくれます。「これが本当にあの人なのかな」と思うぐらい、認知症状は改善しています。旅行療法はプチぜいたくをすることがコツです。

一般の人と普通に混じることで、少し背伸びをされますが。いくら認知症だといって、もアライドがあるのです。たとえば電車に乗つたときに普通の人と交わることで、認知症の人の中核症状も周辺症状もびっくりするぐらい改善するのです。

HSP ヒートショックプロテインの略。体温を温めると体内で誘導されるタンパク質。免疫能を高めたり、障害された細胞を修復する作用があります。入浴健康法は、HSPの増加で説明されている。