

# 認知症高齢者のポジティブ情動活性化法の開発に関する研究

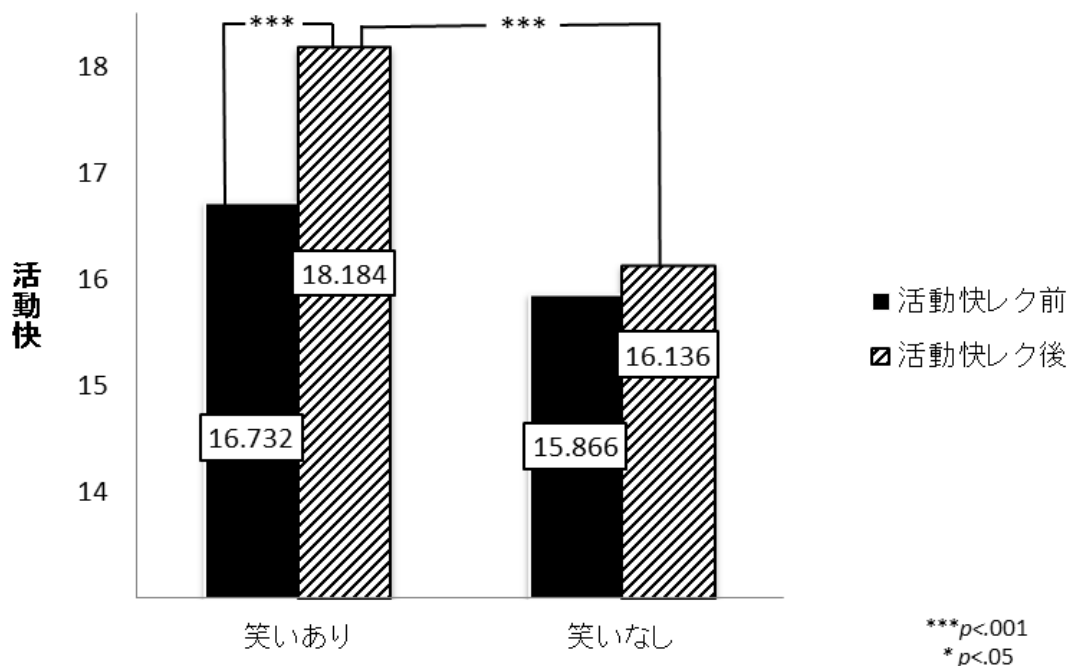
辻 祐美

2012年に462万人であった日本における認知症高齢者は、2025年には約700万人、つまり65歳以上の5人に1人は認知症になると報告されている(厚生労働省, 2015)。さらに、介護職員は約38万人不足すると予測されている。認知症高齢者が陥りやすい状態には、様々な問題が発生することでネガティブな感情状態となり、そのことがさらに新たな問題を発生させる原因となるという悪循環がある。認知症は誰にでも起こる中核症状の他に、性格や環境から各々違った形で症状が出現してくる周辺症状としての行動・心理症状(Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia: 以下 BPSD)が発生する。このことも問題のひとつとなる。

本研究では、2つの研究からポジティブ情動活性化法を開発した。ポジティブ情動活性化法とは、作り笑いをを用いたレクリエーションの総称のことである。これは、認知症高齢者本人が作り笑いをすることによりポジティブ情動を活性化させる方法で、認知症高齢者の日常生活の質の維持とネガティブな感情状態を抑制することを目的としている。この作り笑いについては、直接的に表情筋を変え、認知機能を使わず脳にフィードバックさせ情動を生起させる顔面フィードバック仮説に基づいた強制笑いをを用いている。

第1研究では、作り笑いとポジティブ情動活性化の関係を明らかにした。顔面フィードバック仮説による作り笑い、笑顔と笑い声を呈示される情動伝染の両者が同時に発生した場合にポジティブ情動を活性化させるという仮説を検証した。対象者を健常な高齢者群と学生群に分け、同様の効果が見られるかを確認しながら進めた。結果は、ポジティブ情動を生起するために健常な高齢者群も学生群も、参加者自身が笑顔と笑い声を表出することと対面する刺激に笑顔と笑い声が呈示されることが必要であった。よって、仮説を支持した。前者は顔面フィードバック仮説を根拠とし、後者は情動伝染の学説を根拠としている。

第2研究では、認知症高齢者におけるポジティブ情動活性化法の開発を行った。そこでは、2つの目的を設定した。第1の目的は、認知症高齢者のためのポジティブ情動活性化法を開発し効果を検討することである。第2の目的は、ポジティブ情動活性化法により活性化したポジティブ情動が BPSD に影響を及ぼすかを確認することであった。まず、第1の目的については、ポジティブ情動活性化法の笑うラジオ体操群と笑うリハオリ群、笑いのないラジオ体操群とリハオリ群の4群での比較検討を行った。リハオリとは、リハビリテーションと現実見当識訓練のリアリティ・オリエンテーションから、本研究で作った造語であり、ゲーム形式のレクリエーションを行っている。結果は、笑うラジオ体操群と笑うリハオリ群のポジティブ情動活性化法において、次のグラフのように、有意にポジティブ情動が活性化され仮説を支持した。第2の目的では、ポジティブ情動活性化法と BPSD について検討を行った。結果は、BPSD への効果は見られず仮説を支持しなかった。そこで今後ポジティブ情動活性化法で着目すべき BPSD の項目についての指針を示すために、今回、どのような人がどのような項目に影響があったのかを確認する事例検討を行った。ポジティブ情動活性化法において BPSD を軽減または抑制の見られた項目は、妄想、異常行動、無関心、多幸、易怒性であった。しかし、予測していた不安やうつについて、軽減、または抑制することは見られなかった。



笑いの有無と活動快

本研究では、認知機能が低下していくほど他者のネガティブな感情の感受性が高まると言われている (Sturm, Yokoyama, Seeley, Kramer, Miller, & Rankin, 2013) 認知症高齢者に対して、作り笑いからポジティブ情動を活性化させるポジティブ情動活性化法を開発した。これは、今後増加が予測されている認知症高齢者の BPSD を抑制することも視野に入れた活性化法である。誰にでも手軽に行うことが考えられる点においてもポジティブ情動活性化法は、有用であると考えられた。また、健常な高齢者は対面する相手の無表情に対して感情を抑制しにくい可能性が見られた。第 1 研究より無表情が向けられると、健常な高齢者は穏やかさである非活動快を低下させ、敵意や抑うつ・不安を活性化しやすいという結果が示唆された。認知症高齢者についても健常な高齢者と同様の傾向が見られるのかは、今後研究を進めていかなければならない。同時に、ポジティブ情動活性化法と BPSD との関係についても引き続き研究を進めていく必要がある。(臨床死生学・老年行動学)

#### 引用文献

厚生労働省 (2015) . 広報誌「厚生労働」

Sturm, V. E., Yokoyama, J. S., Seeley, W. W., Kramer, J. H., Miller, B. L., & Rankin, K. P. (2013) . Heightened emotional contagion in mild cognitive impairment and Alzheimer's disease is associated with temporal lobe degeneration. *Proceeding of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 110, 9944-9999.