



(財)日本医療機能評価機構認定病院
 特定医療法人社団相和会 中村病院 広報誌

病院理念

私たちは日々研鑽し
 思いやりとゆとりをもって
 患者さまと地域に奉仕します

ほっと



特集

感覚シリーズ:その1

嗅覚

栄養コラム

水分補給で脱水予防

「それってなに？」にお答えします

認知症デイケア アンダンテのご紹介♪

認知症家族教室のご案内

平成30年
 8月28日(火)
 15:00~16:00

介護保険と
 福祉サービス
 ~施設の紹介~
 担当 ● 精神保健福祉士

平成30年
 9月25日(火)
 15:00~16:00

認知症の患者様との
 関わり方について
 ~病棟での過ごし方と活動内容~
 担当 ● 看護師、作業療法士

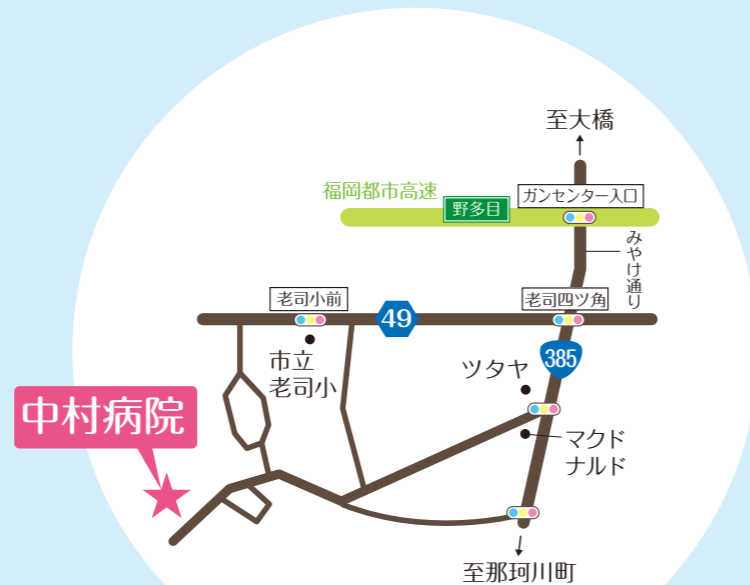
平成30年
 10月23日(火)
 15:00~16:00

認知症について
 ~医学的なこと~
 担当 ● 医師

- 家族教室は入院中のご家族を対象に開催させて頂いています。
- 予定はホームページでも、ご確認できます。

クローバーホールのご案内

当院のクローバーホールを、福祉事業活動やサークル活動、地域交流の場など、幅広く開放しております。利用方法等につきましては、総務課までお問い合わせください。



【交通アクセス】

- 西鉄バス62番・47番(那珂川方面行)
 老司2丁目バス停より徒歩8分
 老松神社前バス停より徒歩8分
- 西鉄大橋駅より車で約10分
- 都市高速道路、野多目ICより車で約5分

4月24日(火)“認知症について”認知症家族教室を開催し、6名のご家族に参加して頂きました。

~ご家族からの質問や感想~

質問・相談 認知症になった父親を怖いと感じてしまいます。もっと早く先生のお話を聞いて、認知症の事を知っていたら、こんな気持ちにならなかったかもしれないと後悔しています。

認知症の症状で周囲の人が怖いと感じてしまうような状況もあるかもしれません。認知症の事を知って介護に生かしていくのに遅すぎたということはないと思います。ご自分を責めたりせず、認知症の事を知ることで冷静に関わりを持っていかれるとよいかと思います。

感想 とても有意義な教室だと思いました。

感想 認知症の原因をわかりやすく説明して頂き、これから自分としても気を付けて介護していきたいと思いました。

感想 本当に心豊かに素晴らしい時間を過ごすことができました。
 ※その他、様々なご感想を頂きました。



(財)日本医療機能評価機構認定病院
 特定医療法人社団相和会

中村病院

〒811-1346 福岡市南区老司3丁目33-1

T E L ● 092-565-5331(代)

F A X ● 092-566-5566

ホームページURL ● www.sowa-nakamura.or.jp

嗅 覚

一般に、五感とは、嗅覚、聴覚、視覚、味覚、触覚をいいます。もの忘れを主な症状とする認知症では、これらの感覚に障害がくるようです。

今回は、嗅覚について、私の個人的見解とともに、すこしばかりの研究データをお話いたします。認知症の代表である、アルツハイマー型認知症は、記憶を司る脳の「海馬」という部分の萎縮が関係します。多くの研究によると、海馬より外にある嗅覚に関係する嗅内皮質等の萎縮が早期に生じると言われています。すなわち、嗅覚機能の検査で、アルツハイマー型認知症の早期発見が可能かもしれないということです。

嗅覚系は、外からの臭いにより、鼻の嗅細胞が興奮し、脳内の記憶や情動と深く関係のある場所と連結し、喜怒哀楽などの感情や、食欲等の本能行動を支配するようです。すなわち、臭いで判断し、必要であれば本能的に行動します。例えば、ライオンが見えなくても、「ライオンの臭い」がすれば、恐怖・危険であると判断、逃避行動をとります。物は見えなくても、「ラーメン」の美味しい臭いがすると、ラーメン屋のドアを開けるでしょう。このように、嗅覚は人の日常生活には、不可欠な機能です。注目すべきことは、情動にうらづけられた「臭いの記憶」は、消えません。

話は変わりますが、臭い?、香り?の方が的確かもしれませんが、「東風吹かば、匂いおこせよ梅の花 主無しとて 春を忘るな」

これは、かの有名な右大臣菅原道真が、太宰府に政敵に負け流されてきて、京を偲び歌ったものです。みなさん! 梅の香り! 解りますか?

以上のように、臭いは、日本人の基本的に重要な感覚です。

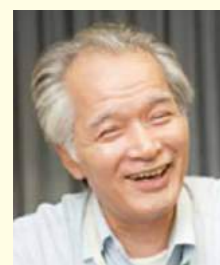
下の図1に示すのは、米国ペンシルバニア大学の耳鼻科で開発されたもので、「ポケット嗅覚識別テスト」とい、臭いの検査により、認知症の早期発見・診断に使えるかとされたものです。茶色の小さい板に臭いを含ませ、この板を綿棒でこすり、臭いを発散させ、「どんな臭いか」選択する検査です。例えば、茶色板をこすり嗅いだ臭いが、ガソリン、ぶどう、バラ、ピーナッツの何れかを選択する検査です。これを、8種類行います。認知症の人は、「冷蔵庫に腐れた食べ物がある」とか言います。おそらく、臭いの障害が生じていると考えます。中村病院と久留米大学もの忘れ外来にて、260名の方で検討しました。

図2で、示しますように、4個以上間違えた人の割合は、認知症の人で、約8割、もの忘れが少しある人で、約3割、健康な人で、約1割5分でした。つまり、この検査で、4個以上間違えるようであれば、認知症の疑いが強いという事です。いまは、この検査キットは、販売されていません。私たちの、今後にかける研究として大学の研究費で施行しています。。もし、興味がある人は、中村病院の外来で申し出て下さい。

香りは、鼻で感知され、記憶に関係した場所を介して保存され、それぞれの条件により情動を含む行動を起こすのです。

まとめ

- 1: 臭いは、記憶系に深く関係があり、認知症の早期発見・診断に使えるかもしれない。
- 2: 臭い(花の香り)は、日本人の心のふるさとかもしれない。
- 3: 臭いの機能、すなわち鼻を大切にしましょう。アレルギーの人も多いようです。早く、適切な治療を。



精神保健指定医 森田喜一郎

久留米大学認知症疾患医療センター 前所長

久留米大学高次脳疾患研究所 前教授

日本精神神経学会 専門医・指導医

日本認知症学会 専門医

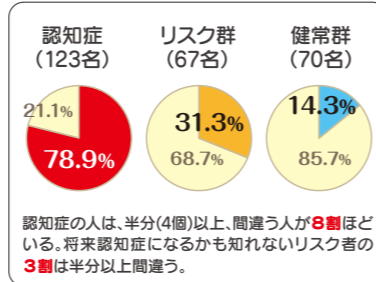
日本老年精神医学会 専門医

図1 ポケット嗅覚識別テスト 米国で開発



綿棒で、茶色の部分を5~6回こすり、臭いをかく。4つの物から、どれかを選ぶ。全部で8種類あり。

図2 嗅覚テストの間違いが、4個(半分)以上(■、■、■)の割合



栄養コラム

水分補給で脱水予防

これからの季節よくニュースでも耳にする「脱水」。

特に高齢の方は本人も周囲も気づかないまま脱水症状に陥ることがあり、未然の予防が大切になります。

Q.そもそも一日の必要水分量ってどのくらい??

A.環境、疾患、温度等により必要量は異なりますが

平均的な量として右記の表を参考にして下さい。

25歳~54歳	35ml × kg × 1日
55歳~64歳	30ml × kg × 1日
65歳~	25ml × kg × 1日

(例)年齢64歳体重55kgの場合…30ml×55kg=1,650ml/日

食欲の落ちているときは食べやすいスープ状の食事から補うのもおすすめです♪

また、牛乳は体水分保持力が高いため、暑い時期の脱水予防には効果的です♪

【冷製トマトスープの作り方】

材 料 ★トマトピューレ …… 100g ★牛乳 …………… 150cc ★オリーブオイル …… 小さじ1
(2人分) ★白だし …………… 大さじ1弱 ★塩コショウ …… 少々 ★きゅうり …………… 1/4本

- 作 り 方
1. きゅうりは小さめの角切りにする
 2. きゅうり以外のすべての材料を混ぜ合わせ冷蔵庫で冷やす
 3. 器に注ぎきゅうりを乗せたら完成



手軽に美味しく食事で水分補給♪

混ぜるだけでとっても簡単なので是非お試しください。

認知症デイケア アンダンテのご紹介♪

「デイケア」とは、家庭で生活されている方が昼間の時間を過ごす施設です。当院には入院により認知症の症状がある方の検査、診断、治療、リハビリテーション、ケアなどを行う病棟がありますが、退院される方や家庭療養中の方を対象に「認知症疾患デイケア」を併設しています。

デイケアに通うことで生活リズムをつくり、家庭への閉じこもりによる心身機能低下を防ぎ、ご家族の介護負担を軽減しながら、家庭生活の継続を支援していきます。認知症の症状は一人一人の体調や安心感、生活環境に左右される場合も多くみられます。なじみのある方々との交流や活動を楽しむ機会を通して、不安や混乱を軽減し、家庭生活への適応を図ります。

ご利用者様に安心してリラックスして過ごしていただけるような対応を心掛けております。お気軽にお問い合わせください。 ※当デイケアの利用は医療保険対象になります。詳しくは地域医療連携課にご相談ください。

アンダンテのこころ

『ゆっくりと、歩く速さで…』『急がず』『休まず』

