

第34回 鍼灸マッサージ学会「手技療法講習会」

平成23年10月30日(日)

## タクティールの実際 “認知症緩和ケアとタクティールケア体験会”

日本スウェーデン福祉研究所

長野中核研修センター

大澤 智恵子先生

### 認知症とは

- 認知症は病気あるいは脳の神経細胞の障害による症状の集合、症候群であり、継続的な機能損失と新しい症状の発生

(現在80を超える多くの原因疾患が明らかにされている)

### 緩和ケアの定義

#### WHO《世界保健機関》2002年

- 「緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、疾患の早期より痛み、身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関する的確な評価を行ない、それが障害とならないように予防したり、対処することでクオリティ・オブ・ライフを改善するアプローチである」

### いろいろな認知症

#### 一次性認知症

脳の神経細胞が萎縮し喪失する

#### 血管性認知症

血管障害によって脳の神経細胞や神経線維が損傷されて起こる

#### 二次性認知症

脳の神経細胞に障害を与える原因が他にある

## 一次性認知症

- アルツハイマー病
  - 認知症を伴うパーキンソン病
  - レビー小体型認知症
  - 前頭側頭葉性認知症
- 他

## 血管性認知症

- 脳卒中の後
  - 白質の疾患
  - 血管炎
  - 過粘調度
- 他

## 二次性認知症

- ・慢性硬膜下血腫
- ・正常圧水頭症
- ・脳腫瘍
- ・脳内感染
- ・代謝異常
- ・欠乏症
- ・アルコールなど

## 認知症緩和ケア      4本の柱

- 症状コントロール
- チームワーク
- 家族支援
- コミュニケーションと関係

## 症状コントロールの4つの側面

- 身体的側面

(日常生活に支障が有る身体の側面・便秘・脱水・発熱等)

- 精神的側面

(不安・うつ・恐怖・怒り・孤独感・苛立ち)

- 社会的側面

(仕事上の問題・経済的な問題・家庭内の問題)

- 生存的(スピリチュアル)側面

(人生の意味・罪の意識・死の恐怖・価値観の変化・死生観に対する悩み・苦しみの意味)

## 症状コントロールがまずは必要 そのために行うことは

- 症状を解釈する
- 症状を治療する
- 症状を評価する

(チームで情報を共有し、その症状の要因？何が患者を苦しめているのか？を観察する。そして患者が苦しまなくて済むように要因の排除と問題解決をする。そして、それを評価の繰り返し)

## その行為が正しいか？常に立ち戻る位置は、倫理の4原則

- 無危害(害を与えない)
- 善行(ためになること)
- 公正(公平・平等)
- 自律尊重(自己決定)

## 認知症の緩和ケア・皮膚と皮膚とのコミュニケーションは有用

- タクティールケアとは
- 語源はラテン語の[Tactills]触れるという意味で、筋肉に働きかけるマッサージではない。
  - \* タクティールケアは柔らかく決められた動きで、皮膚を撫でるように行う。
  - \* タクティールケアの目的は穏やかさと安心感をもたらすこと。

## タクティールケアの効果

オキシトシン→脳下垂体後葉ホルモンの一種

- \* 接触によって生成し、血液を介して体中に分泌される。
- \* 長時間にわたる効果  
繰り返し接触することで効果は長くなる。
- \* オキシトシンは、接触している両者に分泌される。
- \* 実は、男性も女性と同じように分泌される。

## タクティールケアの具体的効果

- 心配、不安の軽減
- 痛みの軽減
- 吐き気の緩和
- 腸機能の改善
- 活力の高まり
- 日常生活動作能力の向上
- QOLの向上を感じる

## 注意事項 タクティールケアを始める前に

- 自分自身が平穏であることが大切。
- 相手も自分自身もリラックスできる姿勢になるようにする。
- 初めから終わりまで相手の体に触れていることが大事。
- 相手の気分に配慮することを忘れずに。
- 相手が触れることを拒否した時は行わない。

## 背中タクティールを体験しよう

- 始めから終わりまで必ず接触を保つ。
- 着衣のままでも、オイルを使用して直接、肌にも出来る。
- 立ち位置や手の向きは、自身の体に無理のないように考慮することが大事。
- 直接肌に行く場合は保温に気を配る。
- 始まりと終わりは、挨拶をする。

## 他のタクティール

- 手のタクティール
- 足のタクティール・頭・腹部もある。

研修会は以下のコースがある。

- \* タクティールケア1コースでは、2日間かけて手・足・背中タクティールケアが出来る。
- \* 認知症緩和ケアは、認知症について学ぶと共にケアの仕方、問題解決手法を学ぶ。

## タクティールケアは皮膚と皮膚とのコミュニケーション

- 認知症緩和ケア＝タクティールケアではない。
- \* コミュニケーションのツールとして皮膚と皮膚とのコミュニケーションがあり、誰にも出来て安全で、双方が心地よいケアがタクティールケア。
- \* 認知症や癌の末期の患者様だけではなく、家族や友人など誰にでもできるケア。