



レビー小体型認知症サポートネットワーク福岡 第 7 回研修会・交流会



梅雨の中休み、気候に恵まれた 2017 年 6 月 15 日（木）BiVi 福岡 で、協力医 合馬慎二先生の司会のもと、DLBSN 福岡の第 7 回研修会・交流会を開催しました。34 名の方が参加されました。

講義「レビー小体型認知症について」

顧問医である坪井先生の講義では、「妄想の対応：3 ステップ」についてお話しされました。否定をしないことが大原則ではありますが、実際に介護をされているご家族の方々は、その難しさを感じていると思います。3 ステップは、「本人の話を聞く：共感する態度で接する」、「本人に質問をする：反論や攻撃をせずに、本人の訴えに対する疑問を質問として返してみる」、「いったん離れる：必ず理由を説明してから本人から一度離れる」です。この 3 ステップを意識しながら対応してはどうかとアドバイスされました。そして、怖がらずに特徴を良く知ることが大事だとお話しされました。

「つくり笑いの魔法エクササイズ“笑いヨガ”

～レビー小体型認知症と体幹筋・表情筋 W コアコミュニケーション術～

健康運動指導士で日本笑いヨガ協会認定の「笑いヨガティチャー」である、佐藤昌久氏の“笑いヨガ”の実技と理論について学びました。笑いヨガとは、ヨガの呼吸法を組み込んだ、笑いの健康効果を得る息を吐く体操です。

まず、実技体験では、つくり笑いのまま大きく息を吐いたり、腕を左右に動かしたり。佐藤講師の魅力に引きつけられ、自然と動きも大きくなります。レビー小体型認知症のご本人も参加されていましたが、20 分の実技体験の終盤には、皆さんと一緒に笑顔で立っちらっしゃるお姿がありました。そのようなご様子を見て、ご家族や参加者の皆さんも笑顔いっぱいでした。

次に理論の講義では、笑いは、「体幹筋」と「表情筋」の2つのコアを刺激できる有酸素運動であることが説明されました。この有酸素運動によって、楽しみながら認知症予防ができるとお話しされました。



頭も体もしっかりエクササイズしたあと、ご家族、ケア専門職を交えた5グループに分かれ、ご家族のお話しを中心にディスカッションを行いました。質疑応答の内容の一部をご紹介します。

質疑応答

- ・レビー小体型認知症の専門医がどこにいるかわからない。
→各区に認知症サポート医がいる。県内のサポート医について、インターネットに一覧が掲載されているので、確認して欲しい。
- ・今かかっている医師では、薬の調整が難しいのではないかと感じている。
→ずっと診ている医師が、一番ご本人のことをわかっている。急に医師を変えると、また一からになってしまう。専門医とかかりつけ医が連携しながら診ていくことが望ましい。

最後に、下村代表から、レビー小体型認知症ご本人の「患者と介護者、もっと賢くろう！」という言葉が紹介されました。この研修会・交流会で、皆さん多くのことが学べたのではないかと思います。

次回の研修会・交流会は、2017年9月14日(木) 18時~です。顧問医坪井教授のレクチャーと、福岡大学病院認知症看護認定看護師で、DLBSN 福岡協力看護師である岩本智恵美さんによるケアのポイントのお話しです。

報告者：DLBSN 福岡 副代表坂梨左織

