

第1群：101 入所

第2群：203 一般的検討（意義・必要性・変化・効果・比較）

第3群：313 認知症 種々の療法

## 光療法が認知症に及ぼす影響について ～節電中のBPSDの変化～

介護老人保健施設 坂田メディケアセンター  
岩佐 暁彦

抄録要旨： 睡眠障害、せん妄に対し有効であると言われている光療法が、認知症の各BPSDに対し効果があったのか、昨夏の全国的な節電の取り組みの中、光療法を制限せざるを得ない状況で調べたので報告する。

【はじめに】 当施設では、平成13年から認知症棟において「高照度光照射装置」を使用した「光療法」を導入している。光療法が認知症利用者の睡眠と覚醒の改善に一定の効果があることが、当施設における過去の研究からも認められている。その後10年以上が経過した現在においても日常的に光療法を継続中であったが、昨年に発生した東日本大震災に起因する原発事故を契機に、全国的な節電意識の高まりの中、夏季における利用者の体調管理を優先させるためにエアコンを使用している期間、光療法を一時中断せざるを得ない状況となった。そこで、中断期間を利用して光療法が睡眠と覚醒の改善のみならず、認知症のBPSDにどのような変化を与えたのかを検証したので報告する。【目的】 光療法を中断したのは初めての試みであったが、認知症利用者のBPSDの日々の変化に光療法がどの程度の影響があるのか、またどのようなBPSDの症状に改善効果が認められるのかを調査する。【期間】 次の3つの期間に分類した。1) 光療法中断前期間 平成23年6月20日～8月7日 2) 光療法中断期間 平成23年8月8日～9月25日 3) 光療法再開後調査期間 平成23年9月26日～11月13日 【対象】 調査は認知症棟の延べ利用者90名に対して実施したが、期間途中での入院・退所者等を除き全期間を通して継続入所していた利用者31名を最終的な対象とした。【方法】 利用者毎にBPSDの各症状を以下のように分類した。 1) 行動症状 1 焦燥 2 攻撃性 3 叫声 4 拒絶 5 活動障害 6 睡眠覚醒障害の6項目 2) 心理症状 1 妄想 2 幻覚 3 誤認 4 感情面の障害の4項目 各期間において、上記症状が認められる頻度を次のように点数化し分析した。 全く認めない・・・0点 ほとんど認めない・・・1点 時々認める・・・2点 よく認める・・・3点 常に認める・・・4点 【結果】 光療法中断期間で、睡眠覚醒障害で5名の利用者に点数の増加が見られ、内4名が1点の増加、1名が2点の増加となった。またその5名の利用者には他の症状でも点数の増加が見られた。 その他の項目においては、焦燥10名、攻撃性4名、叫声6名、拒絶8名、活動障害8名、妄想9名、幻覚6名、誤認1名、感情面の障害8名の利用者に、中断期間中において僅かな点数の増加が見られた。 また、調査期間中全く症状が現れず点数の変化が見られなかった利用者が5名となった。【考察】 1) 光療法は特に睡眠覚醒障害の改善に影響が大きいことを改めて認識することができた。 2) 睡眠覚醒障害が改善することにより、他のBPSDの症状にも間接的に影響を与え、各症状の点数の減少へつながったと考えられる。 3) 光療法において特別な点数の変化が認められなかった利用者については、生活リズムを整えるために、光療法単独ではなく、リハビリテーション、レクリエーションといった活動や個別での関わりを持つことが必要であるとされる。【まとめ】 光療法がBPSDの各症状の改善に一律ではないものの、その効果が認められたこと、加えて対象利用者への負担が極めて少ないことを考慮すれば、光療法はBPSDの症状改善を図るための、より効果的な方法と考えられる。今回の検証を通して、光療法が認知症のBPSDの各症状の改善に効果があることを、職員自身が再認識する良い機会となり、今後も光療法の継続と個々の利用者に応じたかかわりを併せて行うことにより、認知症利用者の生活リズムを整え、出来る限り日々穏やかに過ごせるように支援していきたい。