

# アパシーをもつ認知症高齢者への意味ある活動との結びつきを促す訪問プログラムの効果

Efficacy of a home-based OT program to engage with meaningful activities for elderly people with dementia and apathy



西田征治<sup>1</sup> 近藤敏<sup>2</sup> 1 県立広島大学 2 広島都市学園大学

## 1. はじめに

アパシー（無気力、無関心）は認知症高齢者に頻発し、介護者を悩ませる症状の一つである。我々は平成23年から、作業を基盤とした訪問作業療法プログラムの効果を検証してきたが、その中でアパシーをもつ認知症高齢者に奏効している傾向が示された。そこで本研究では、アパシーをもつ在宅認知症者に対象を絞り、本プログラム、すなわち意味ある活動を探索し、その活動との結びつきを促す訪問プログラムの有効性を行動心理症状（BPSD）、生活の質（QOL）、介護者の負担感やニーズの充足の観点から検証したので報告する。

## 2. 方法

**対象者：**A市の地域包括支援センターから紹介されたアパシーを有する4組の在宅認知症高齢者とその家族介護者だった（表1）。

表1 対象者の基礎属性

	年齢	性別	タイプ <sup>a)</sup>	自立度 <sup>b)</sup>	介護者
A	84	男	AD	IIa	配偶者（81歳）
B	91	女	未診断	I	配偶者（91歳）
C	86	男	AD	IIa	配偶者（85歳）
D	70	女	FTD	IIa	配偶者（77歳）
平均	82.8				(83.5)

a) AD（アルツハイマー型）、FTD（前頭側頭型）

b) 認知症高齢者の日常生活自立度

**プログラム：**原則週1回1時間の訪問を8週間（2か月）実施。認知症者が興味や関心を示す活動に家族や作業療法士と取り組む。また、介護者にはその監督および支援技能を指導するとともに、介護者のニーズを満たす介入を行う。

**第1～2週目：**認知症者の生活状況、作業歴、興味・関心がある活動を本人や家族から聴取し、活動の遂行能力を大まかに把握する。家族にはニーズ（困りごと、認知症者に期待すること、認知症者がより健康になるためにすると良いと思う活動）を聴取し意味ある活動を特定する。

**第3～第7週目：**初期の訪問で特定した活動を実施するとともに、家族介護者に作業療法士が認知症者に作業を支援している様子を見せながら、作業遂行を促す支援技術やコミュニケーション方法を指導する。それらの支援技術には視覚的手掛かりの提示、賞賛やねぎらいが含まれる。

**第8週目：**介入効果を検証するための成果測定を行う。

**介入者：**筆頭筆者に訓練を受けた作業療法士（認知症ケア歴が5年以上）1～2名が単独または筆頭筆者同伴で訪問した。

**成果指標：**

- ①BPSD：日本語版NPI（Neuropsychiatric Inventory）
- ②介護負担感：Zarit介護負担尺度
- ③介護者のニーズ：カナダ作業遂行測定（COPM）
- ④QOL：生活の質の変化（訪問日誌、会話音声記録）

**分析方法：**成果指標①～③では、各成果指標における介入前後の中央値の変化をWilcoxon符号付順位検定にて検討した。有意水準は5%未満とした。成果指標④では、質的帰納的分析法を用いた。

**研究期間：**2014年12月～2015年11月

**倫理的配慮：**当時者と家族介護者に口頭・書面にて説明し同意を得た。

## 3. 結果

取り組んだ意味ある活動には、回想活動、絵手紙、楽器演奏、散歩、参拝、編み物、料理、畑作業などが含まれた（図1）。

本プログラムを実施する前後の成果指標の中央値を表2に示した。

認知症高齢者のBPSDを評価するNPIでは、中央値が35.3点から6.0点に減少した。特に、無関心とうつの項目は中央値が6.5点減少した。

家族介護者のニーズや認知症高齢者に期待することには、「運動をする」「畑に行く」「人と関わって楽しむ」「適度な量の買い物をする」などが含まれた。COPMでは遂行度の中央値は3.0点から5.8点に、満足度の中央値は2.4点から6.5点に増加した。

Zarit介護負担尺度では、中央値が41.5点から24.5点に減少した。これらの変化は全て統計的には有意差が認められなかった。

家族介護者から聴取した認知症高齢者のQOLの変化に関するラベルは42個作成され、カテゴリー化の結果、次の【 】に示す7つの項目が導き出された（表3）。すなわち、研究対象の認知症高齢者らは【役割を獲得】し、【興味ある活動が習慣化】されることにより運動量が増え【歩行の安定】が図られていた。また、【介護者への素直な感情と態度を表出】することができるようになることで家族介護者との関係が良好となり、【攻撃性、繰り返し行動の減少】や【妄想、うつ軽減】といったBPSDの改善が認められ、【通所など外部サービスを受容】するようになった。



図1 対象者に対して取り組んだ意味ある活動の例

表2 プログラム実施による成果指標の変化

項目	介入前	介入後	変化量	P値
	中央値	中央値		
NPI総得点	35.3	6.0	-29.3	0.07
無関心	10.0	3.5	-6.5	0.11
うつ	6.5	0.0	-6.5	0.68
妄想	3.0	0.0	-3.0	0.16
易怒性	3.5	0.5	-3.0	0.18
COPM 遂行スコア	3.0	5.8	2.8	0.07
満足スコア	2.4	6.5	4.1	0.07
Zarit介護負担尺度	41.5	24.5	-17.0	0.11

表3 認知症高齢者の生活の質の変化

生活の質の変化	1次カテゴリー
役割獲得	畑作業での役割を獲得する 洗濯物を畳むようになる 依頼されて作品のコメント書きをする お大師さんに家族の健康祈願をする
興味関心ある活動の習慣化	散歩、お大師参拝、畑作業が楽しみとなる 馴染のあった畑に行くことが習慣化する 手芸や体操など好きな活動に従事するようになる 夫婦で買物、外食や散歩に行くようになる 早起きして身支度するようになる
歩行の安定	足腰が強くなる 歩行が安定する 歩行器でうまく歩けるようになる
介護者への素直な感情と態度の表出	家族へ感謝、謝罪の意を表明するようになる 家族に弱みを見せるようになる
攻撃性、繰り返し行動の減少	家族を傷つける言動が無くなる 家族の助言を素直に聞き入れ、怒らなくなる 食材の買い過ぎが落ち着く
妄想、うつ軽減	嫉妬妄想が消失する 落ち着いて過ごせる 死にたい発言、気分落ち込みが減る
通所など外部サービスの受容	通所サービスを受け入れる 訪問サービスの利用に前向きになる 家族以外の人と関わる意識が芽生える

## 4. 考察

結果から、アパシーをもつ軽度の在宅認知症高齢者に対して意味ある活動を探索し、その活動との結びつきを促す本訪問プログラムは臨床的には、易怒性、無関心やうつなどBPSDを改善し、当事者のQOLを向上させ、介護者の負担感を軽減することが示唆された。これらは認知症高齢者が活動を通して成功体験を繰り返すことで、彼らの自尊心や有能感が高まったこと、家族介護者が当事者の気持ちや支援方法を深く理解したことが影響していたと考えられる。Gitlinらは、認知症者が取り組む活動を処方し家族介護者に指導する訪問プログラムを実施した結果、まとわりつきなどBPSDが軽減したことを報告しているが、その成果は4か月後に測定されたものである。本訪問プログラムは介入開始から約2か月後に成果が測定されており、Gitlinらのプログラムよりも短期間でBPSDを軽減する効果が期待できる。