

# 認知症予防に対する アロマセラピーの可能性

鳥取大学医学部保健学科 生体制御学

助教 谷口美也子

教授 浦上克哉

# 認知症のイメージ

- ・ 最もなりたくない
- ・ 怖い
- ・ 自分でなくなる
- ・ 人に迷惑をかける
- ・ みっともない
- ・ 目を背けたい
- ・ みじめ
- ・ バカになった

癌や消化器疾患などと同じ「病気の1つ」

65歳以上の10人に1人は認知症  
日本の患者数は、300万人

# 認知症の抱える社会問題

- 医療費の増大
- 患者本人の尊厳・QOLの低下
- 介護者の負担(身体的・精神的)の増加
- 患者・介護者の経済被害
  - 介護者の離職など
  - 患者の詐欺被害
- 患者の犯罪(加害)行為
  - 窃盗・自動車事故
  - 痴漢

# 認知症とは？

「獲得した知的機能が後天的な脳の器質性障害によって持続的に低下し、日常生活や社会生活が営めなくなっている状態」

## 中核症状

記憶障害  
見当識障害  
判断力の障害  
言語障害(失語)  
失行・失認  
実行機能障害

## 周辺症状 (BPSD)

徘徊  
暴言・暴力行為  
幻覚、幻聴、幻視  
妄想  
せん妄  
不安、抑うつ など

# 認知症の種類（認知症をきたす疾患）

## 退行神経変性疾患

異常タンパクの蓄積による病変と  
それによる神経変性・細胞死

- ・ アルツハイマー型認知症
- ・ レビー小体型認知症
- ・ 前頭側頭型認知症  
ピック病
- ・ 進行性核上性麻痺
- ・ 大脳皮質基底核変性症

- ・ 脳血管性認知症

## 感染による

- ・ クロイツフェルトヤコブ病
- ・ 髄膜脳炎

## 治療可能な認知症

- ・ 甲状腺機能低下症
- ・ 正常圧水頭症

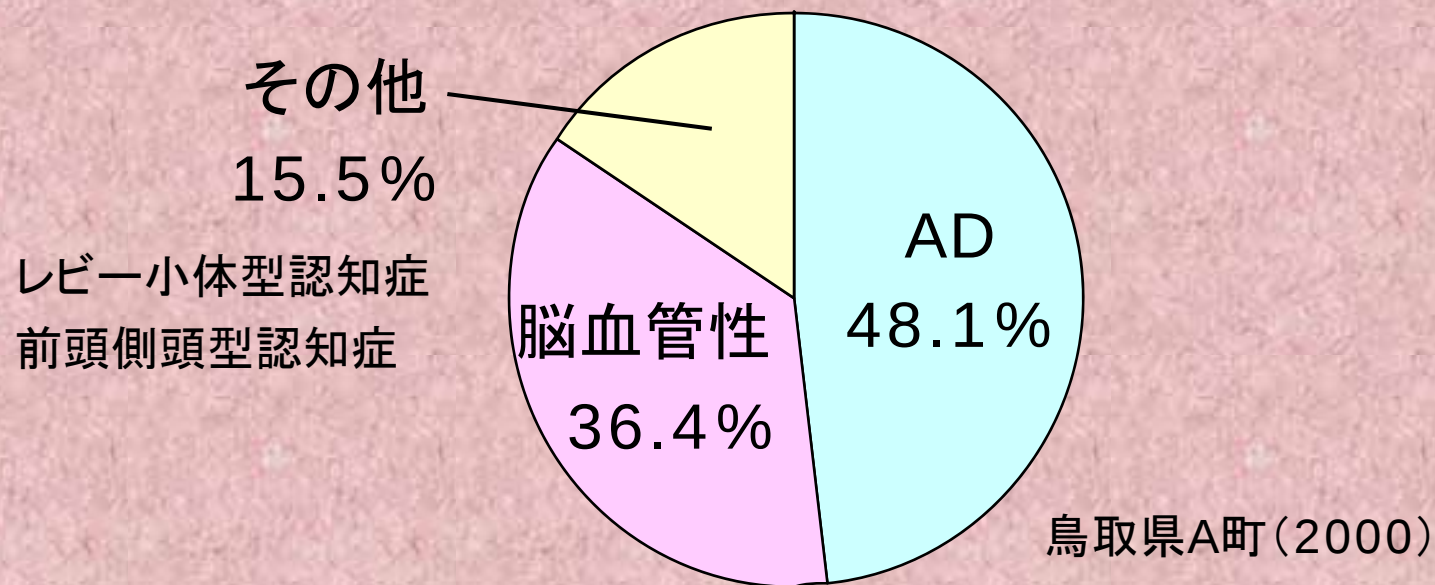
など

# アルツハイマー型認知症(AD)

ADは、認知症の1/2 (20人に1人)

鳥取県の人口 585,475人

うち65歳以上:153,376人 (平成23年10月1日現在)



65歳未満に発症 : 若年性AD

# ADに対する治療薬

## 進行抑制薬

アリセプト(1999年11月 日本発売)

レミニール

メマリー

リバスチグミンパッチ

2011年 日本発売

## 周辺症状に対する対症療法

向精神薬

抑肝散 など

根本治療薬は？ …… ない

# 認知症に対する補完・代替医療

## 目的

- 日常生活活動(ADL: activities of daily living)の改善
- 生活の質(QOL: quality of life)の向上
- 健康の増進・維持
- 治未病

# アロマセラピー（芳香療法）とは？

精油を用いた治療法（補完・代替医療）

1920年代 フランス人科学者ルネ・モーリス・  
ガットフォッセが提唱

日本では、1980年代以降に広まる。

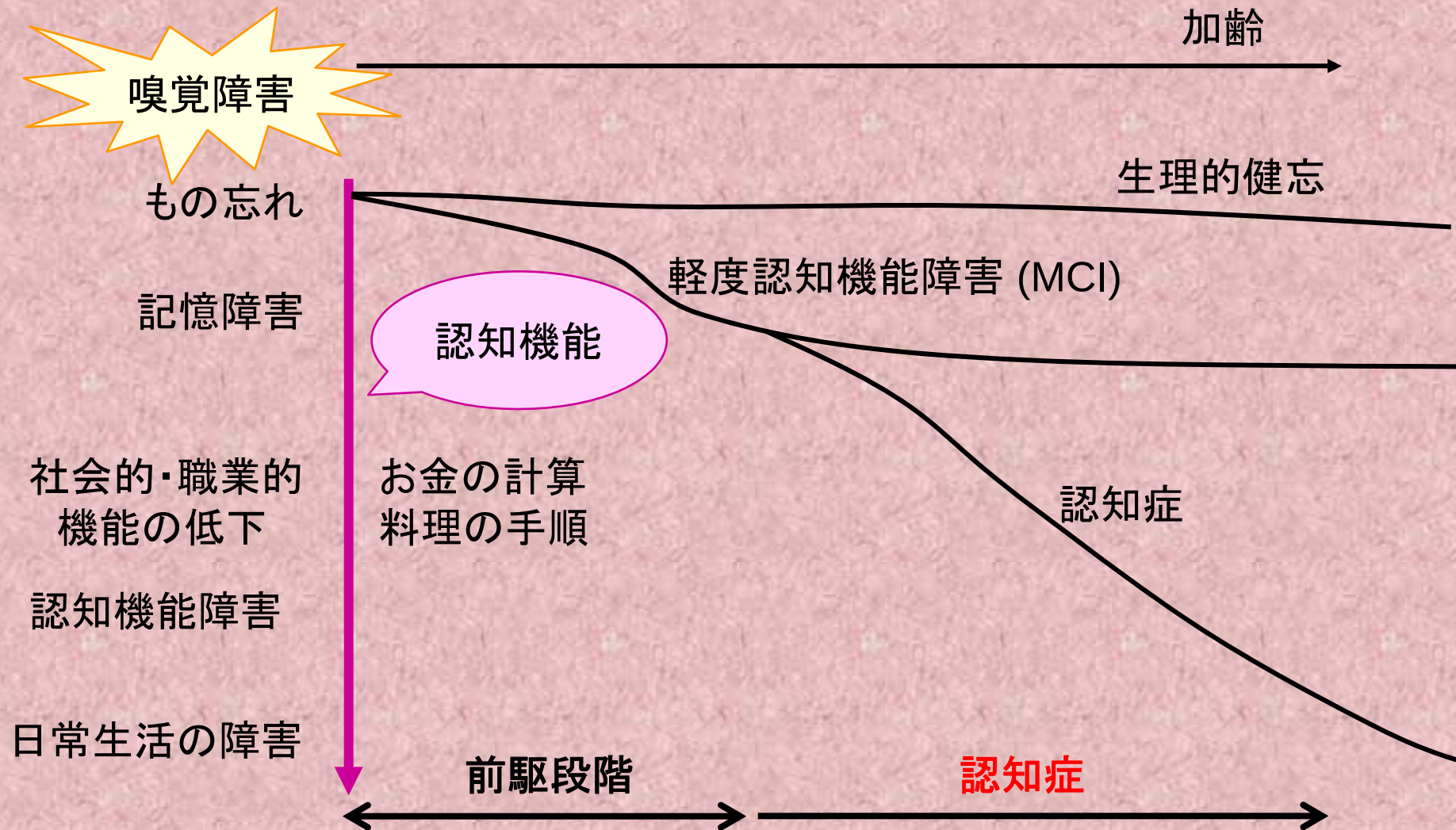
認知症に対する効果

不穏・興奮状態を改善

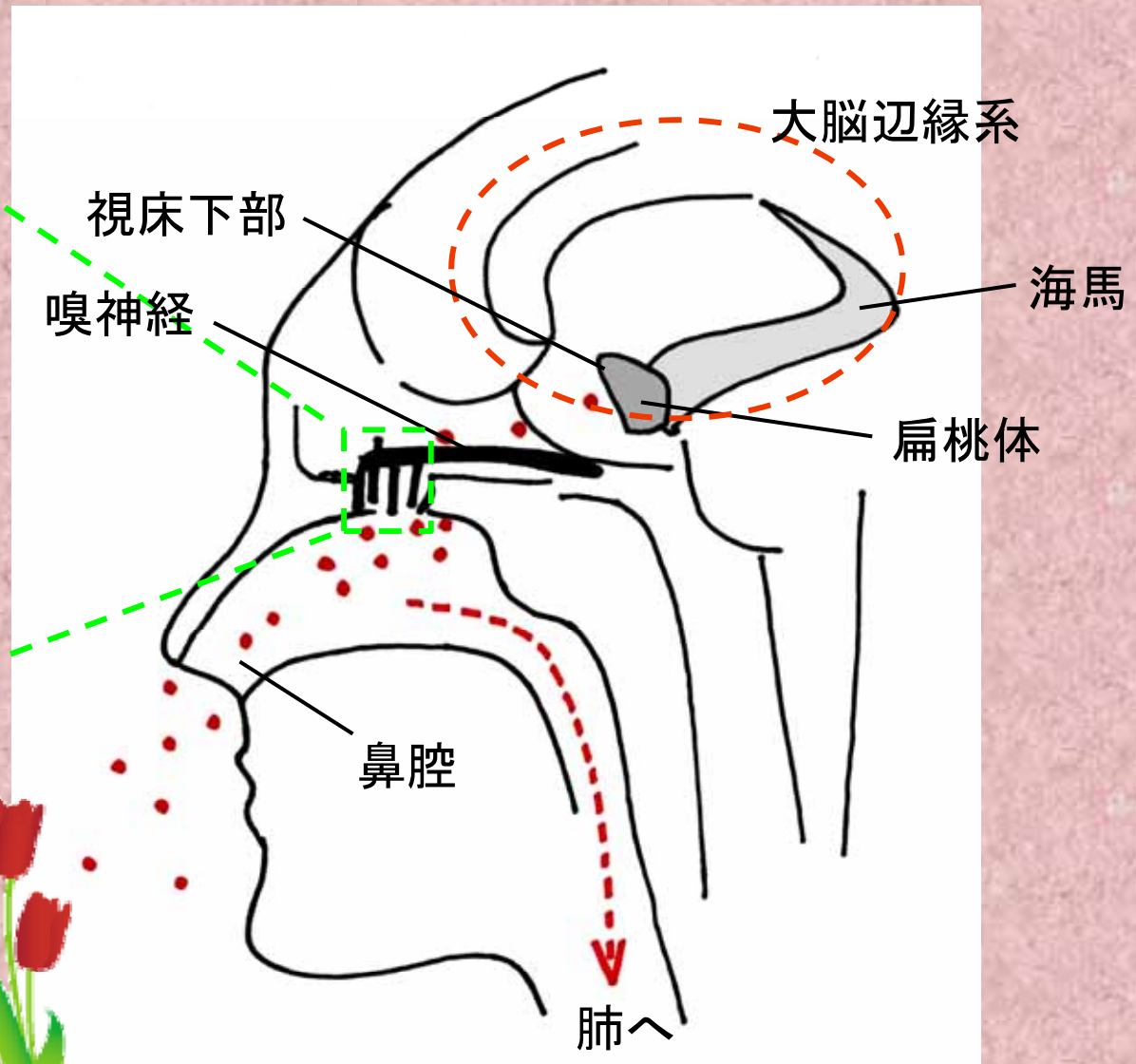
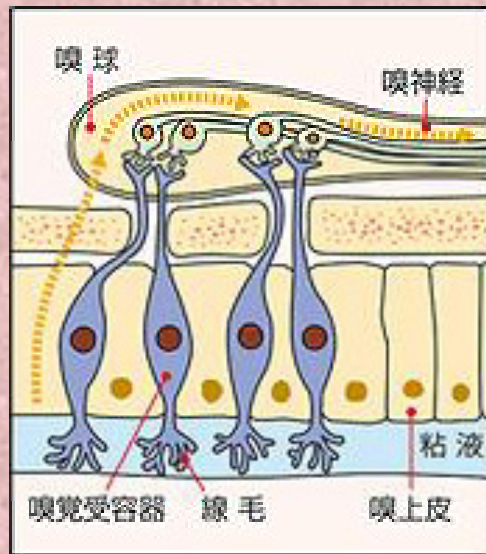
睡眠の改善

などの報告がある

# ADの症状と進行



# 匂いを感じるメカニズム



# ADに対するアロマセラピーの効果の検証

- 9:00～11:00

レモン&ローズマリー

集中力を高め、記憶力を強化する**刺激作用**  
交感神経を刺激



- 19:30～21:30

スイートオレンジ&ラベンダー

心や身体をリラックスさせる**鎮静作用**  
副交感神経を刺激

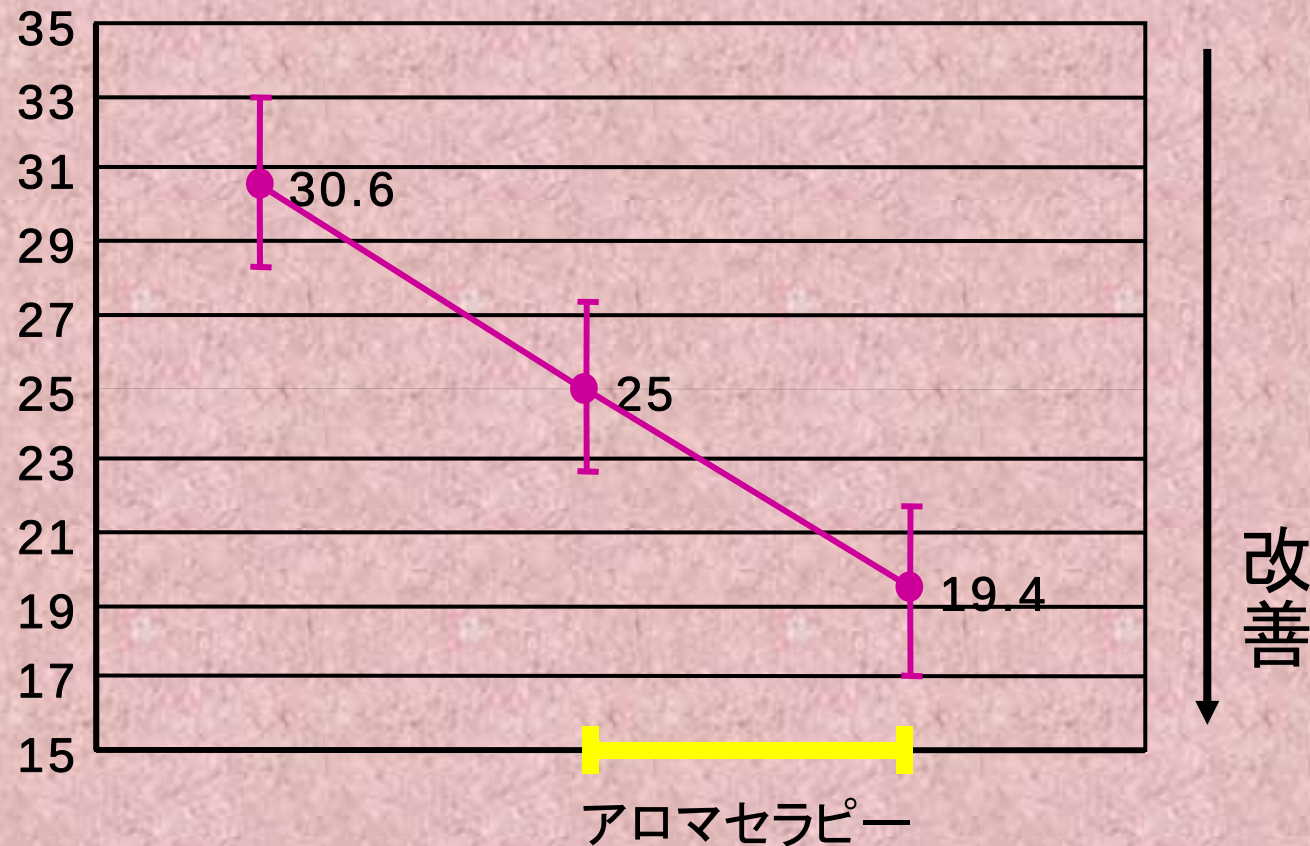


# ディフューザー(芳香拡散器)



# AD患者の認知機能テストが改善

ADAS [ 単語再認・口頭命令・図形認識・郵便概念の理解・名称の記憶  
日時の見当識・金銭計算の理解・道具用途の理解・時計の理解 ]



*Jimbo D et al.; Psychogeriatrics 9(4): 173-179, 2009 より*

# 認知症に対するアロマセラピーの効果

## 今回のアロマセラピー

### 中核症状

記憶障害

見当識障害

判断力の障害

言語障害(失語)

失行・失認

実行機能障害

## 今までのアロマセラピー

### 周辺症状 (BPSD)

徘徊

暴言・暴力行為

幻覚、幻聴、幻視

妄想

せん妄

不安、抑うつ など

# 認知症アロマオイルの商品化

鳥取大学発ベンチャー 株式会社ハイパーブレイン



# ディフューザーの開発



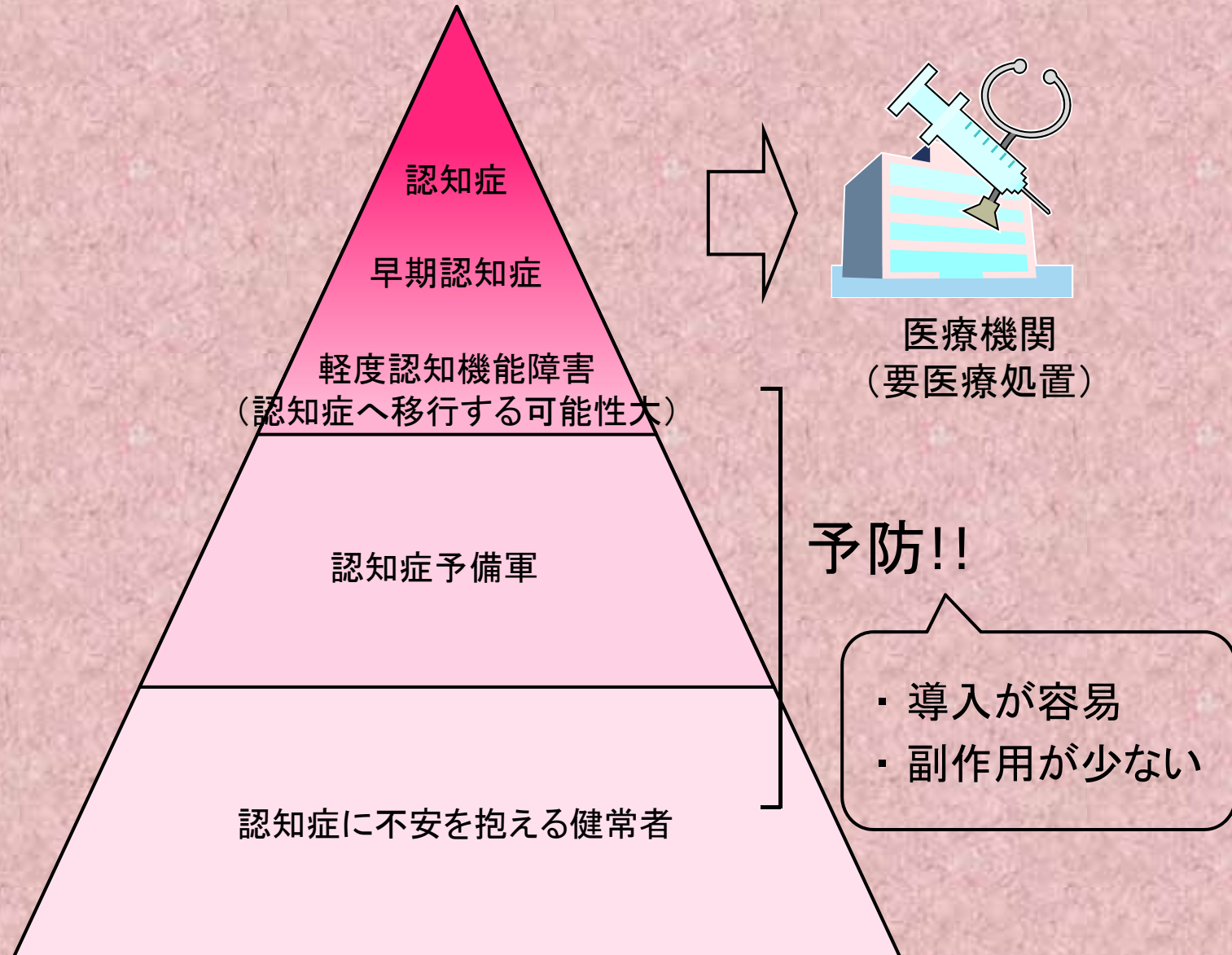


拡散型

ペンダント型



# アロマセラピー対象者



## グループホーム (認知症対応型共同生活介護)

グループホームは住み慣れた地域で高齢者の方が少人数で共同生活を営む場所です。日常生活に行われる家事・入浴・趣味等を通じて、楽しみながら残存機能の維持と向上を図りつつ、自由に、そして共に暮らすことができる援助をいたします。



アロマセラピーで認知症改善へ取り組んでいます



リビング(とうはく・な)

ワン!

みんなの  
マスコット犬「小梅」



クリスマス会

家庭的な雰囲気の中で、  
顔なじみの介護スタッフとともに  
「ゆっくり、一緒に、楽しく」  
日常生活を送ります。



家族会での



春には花見のできる桜が満開になります。

## 介護施設での アロマセラピーの導入



アロマセラピーで認知症改善へ取り組んでいます

# 犬にも効果？

## 散歩道

わが家に犬のダックスが女王様気分で生活をしている。次男夫婦が、ほんの1年間神戸で飼っていたが、シアトルに行くことになり、わが家にやって来た。早いもので15年がたち、11月の誕生日を迎えると16歳の老犬となる。

1月の大雪から今日まで、近所の犬が6匹も旅立った。大好きだった散歩を2年前から嫌うようになり、少しずつ食べ物に興味をなくし、耳も遠くなり、右目も白く濁る。7月に入ると水も餌も口にせず、タール便も数回。点滴に通院すると少しいい顔を見せ、ただ眠っている生活が続いた。もう覚悟を決め、延命治療はやめて自然体にしようと思った。

ところがある日から、ヨボヨボ歩きだった犬が競馬のごとき走る。むらがあるものの、「お手」「お代わ

## 老犬が元気に 原因はアロマ？

り」をして餌を要求する。奇跡的な回復である。

そのある日からとは、NHKで放送された番組をみて、友達からも勧められ、私たち夫婦のために購入した鳥大医学部開発のアロマが効いているのでは——と思った。半信半疑ではあるけれど、ほかに思い当たる節がない。昼用、夜用のアロマを使い分け、同じ部屋でいつも一緒に生活をしているから、アロマが良いのではと私一人思っている。

この2年間、大好きなサッカー観戦、旅行、友人や東京の孫に会いたいときに会えない、もんもんとした暮らしが続いている。私の本心は、自由になりたい。いや一日でも長く生きてほしい。15年世話をしてもう少し頑張ろうと自分の心に言い聞かせている。この気持ち、長い闘病生活を送った母へ抱いたときと同じ複雑な心境と闘っている。

(境港市渡町、

66歳)

# アロマセラピーの医療現場での活用

## メディカルアロマセラピー

### 【使用診療科】

- ・ 神経科・心療内科
- ・ 小児科
- ・ 産科・婦人科・助産院
- ・ 歯科

### 【使用目的】

- ・ ストレスケア
- ・ ベビーマッサージ
- ・ メンタルケア
- ・ リラックス

### 【使用方法】

吸入, マッサージ, 足浴 ほか

# アロマセラピーの利点

- ・ 比較的副作用の少ない方法である
- ・ 誰にでも簡単にできる
- ・ 多様な使用方法がある

芳香浴(吸入)

入浴(沐浴)

マッサージ

手浴・足浴

など

# アロマセラピーの注意点

使用法・使用量・成分に注意すること

特に、成分とその作用

毒性・光毒性

感作(アレルギー反応)

乳幼児・子供に対する注意

運転前

ガン・高血圧・喘息・てんかん・妊娠 ほか

子宮収縮作用・ホルモン様作用・血管収縮作用・刺激 など

# アロマセラピーの注意点

使用法・使用量・成分に注意すること

特に、成分とその作用

毒性・光毒性

感作(アレルギー反応)

乳幼児・子供に対する注意

運転前

ガン・高血圧・喘息・てんかん・妊娠 ほか

子宮収縮作用・ホルモン様作用・血管収縮作用・刺激 など

オーガニックであること

化学合成品は、肝機能に影響を及ぼす可能性

# 認知症の予防や改善に関する研究の 最大の課題

- 認知症の診断

専門医でなければ難しい診断・鑑別診断

認知症の検査は、病院でのみ可能

CT・MRI・PET・SPECT

神経心理学検査 ……臨床心理士

血液検査・髄液検査

- 認知機能の評価

何の指標をもって認知症が改善したと評価  
するのか

# 手軽な認知機能評価法の開発

## ・ 物の忘れ相談プログラム

簡単スクリーニング検査

所要時間: 5～10分

特許第3515988号

## ・ TDAS (タッチパネル式ADAS)

世界的な認知機能評価法(ADAS)に対応

所要時間: 20～30分

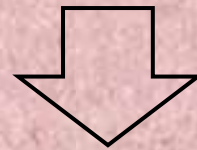
特許第4171832号

(日本光電社製)

# 私たちのなすべきこと

認知症の民間療法などは、ありとあらゆる  
情報があふれている

食事・運動療法・作業療法・サプリメント・・・



大学という(医療関係の)教育研究機関として

- ・ 正しく確かな科学的証拠・医学的根拠に基づいた  
予防・治療法の研究開発を行う
- ・ 社会へ還元する

ご清聴ありがとうございました