

鶴が丘だより

2015年度第一回
病院家族教室・講演会

高齢者のメンタルヘルス

これからを楽しもう

加田博秀先生

今月は、9月12日に開催した講演会の模様をお送りします。今回は、「高齢者のメンタルヘルス」をテーマに、町田市民病院精神科部長の加田博秀先生にご講演いただきました。

加田先生は、福井医科大学(現・福井大学)を卒業後、東京慈恵会医科大学病院を経て、現職に就かれています。また、日本老年精神医学会専門医・評議員や日本認知症学会専門医等も歴任さ

れています。



.....
こんにちは。今日は、高齢者のメンタルヘルスというお題を頂戴しました。普段の診察場面でも、高齢になるとやりたいうことが少なくなっていくという印象があるという副題をつけました。

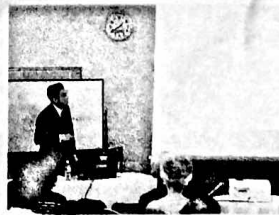
Ⅰ. 高齢者とは何か？

現代では65歳はまだ若く75歳以上になると体力が低下していきまます。「こころなはずじやなかっ」という不安が出てきて内科へ行き、異常がないといわれます。その頃から高齢者の世界に入っていく時期だと説明しています。

Ⅱ. 高齢者をめぐる背景

様々な課題がありますが、喪失というものがあります。男性だと定年退職も喪失体験になります。配偶者の死、同年代の方が亡くなる、自

分の子どもが亡くなる等々があります。これらを乗り切っていくのですが、最初はショックで混乱したり、ボーッとしたりする、そのあと、怒りや絶望、悲しみという過程を通ります。こういった様々な喪失体験を重ねていくことになります。



心理学的側面 2

対象喪失を乗り切る心的過程は、悲嘆もしくは喪の仕事 (mourning work) と呼ばれる

- 第1段階：無感覚・情緒的危険の段階
- 第2段階：思慕と探求、怒りと否認の段階
- 第3段階：断念・絶望の段階
- 第4段階：懐疑・再建の段階

Ⅲ. 高齢者のうつ病

体や物忘れとして症状が出る場合があります。身体症状が出てきて、最初は内科の検査を受けて、最初は内科の検査を受けて、家の中を歩き回る不安焦燥や過量服薬、喜怒哀楽の感情が乏しくなることがあり、認知症になったのでは？と思われるがちです。

ある日の
鶴が丘

スタッフフリーター

田原主任(薬剤師)



小学生2人の娘と猫3匹のお世話に忙しい毎日です。今年度は、小学校の係で登校する子ども達の安全を見守る旗振りをしてから、慌てて出勤する日々です！帰宅しても、主婦業&2人&3匹の戦いは続き。服薬指導や病棟プログラム等を通じて皆様のサポートを全力で行っています。

最近の私の外来の傾向からお話ししましょう。

①退職した夫が、妻がどこに行くにもついてくる。妻の診察室にも入ってくるよくなケースがあります。

②睡眠薬だけ何年も取りにいらつしや。て、初めて、「実はミレと離婚を相談される。何らかのストレスをすつとかかえていたのだなと分かるのです。

③状況を見張るかのよう。夫婦間の距離が狭すぎてしまう方がいます。

④ご家族が取り仕切って本人の意見が尊重されないケース。診察場面でも家族が決めるからと本人が何も話さない方もいます。

IV. 認知症の話



記憶には、白身体が覚えた記憶、黒頭の中で描ける記憶、記憶があります。前者は自転車の乗り方や赤信号にならとブレキを踏む等で

す。後者は、このテーブルは机という名前である(II)意味記憶)や、昨日あった出来事(III)エピソード記憶)が何か(II)作業記憶)は15時になったり(II)作業記憶)は15時になったり会議だが、15時になったり、何だ、け?という記憶(II)予定記憶)があります。こうした記憶を増やしていくのが一般的です。一つの記憶には3つの過程があります(図1)。

記憶の3つの過程

- 記録・・・ものを憶える過程
- 保持・・・これを保存する過程
- 想起・・・これを思い出す過程
- (再認・・・記録されたものと同一と確認する)

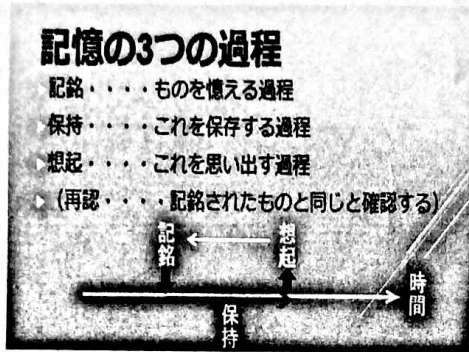
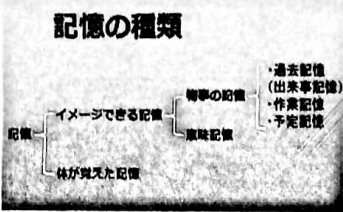


図1



アルツハイマー型認知症は、この記録が阻害されるので、いくら思い出そうとしても難しいのです。

V. 認知症の物忘れと、加齢による物忘れの違いは何か?

みなさん、昨日の晩御飯は何だったか?忘れてしまったよ。しかし食事をしたことは覚えていきます。食事をしているなか、たら大騒ぎになっていきますが、食べた記憶があるので騒ぎにはなりません。しかし認知症の方はその記憶がないので、大騒ぎになるのです。

あの芸能人は誰だったか思い出せない、町内会長の名前が出てこない、という外来にみえる方がいます。これは物忘れです。日常生活に支障がなければ大丈夫ですよと伝えていきます。



ミ来月号につづく

文責 高野

今月の...

いろはカルタ

ルール違反はひとりよがりから

教わる前にひと工夫

お願い...

給付者証の更新の方が多いため、ご来院時には必ず受付にてご提示くださる様、お願い致します。

医療法人社団 鶴永会

鶴が丘ガーデンホスピタル TEL: 044-988-3121 東京都町田市三輪線山2-2133-1 長津田いこいの森診療所 TEL: 045-507-7656 神奈川県横浜市緑区長津田4-11-14