

## フェイシャルトリートメントの認知症予防効果

青山由香里（あおやま ゆかり）

(株)ふじ デイサービスセンター ふじ

### 【目的】

タッチングによる認知症に対するケアはすでに知られているが身体のどの部分へのタッチングがより効果的かを検証する。ペンフィールドマップをもとに、感覚受容器が多いとされる顔へのタッチングによる認知症の予防、進行抑制を目的とし、フェイシャルトリートメント（顔へのタッチング）がどのような効果があるか、またどのような方法、環境下が効果的なのかを検証した。

### 【方法】

1日10分程のフェイシャルトリートメントを週2回、3ヶ月継続して行った。フェイシャルトリートメントはA（ゆっくりした速度でやさしくタッチングする施術）、B（速度は速く肌に刺激を与えるような施術）の2種を異なった施術者で、各10名ずつ20名に行い、その効果をT-DAS検査を行い評価した。（認知機能の低下が見られる女性が対象）また、比較対象としてフェイシャル未実施者（男性を含む）10名にもT-DAS検査を行った。

### 【結果】

未実施者では7名中（体調不良により3名除外）3名に、フェイシャルトリートメント実施者は16名中（体調不良、移動により4名除外）T-DASの総得点が4点以上の改善がみられた。フェイシャルトリートメントBでは最高で20点の顕著な改善があり、特に図形の認識での改善がみられた。

### 【考察】

広く知られているゆっくり優しくのタッチング方法以外にも、フェイシャルトリートメントBのように、早い速度で刺激を与える事も、効果があるという事がわかった。また、施術時に話しかけるなどの刺激も結果に関係するという事が考えられる。最初は遠慮がちだったが、施術が楽しみになった、表情筋がほぐれて顔が柔らかくなった、気持ちがよくてリラックスできたなどの対象者からの報告もあった。

また慣れてきて施術者との会話を楽しみ、自分でも家でやってみようかとやり方を聞くかたもいた。認知機能の改善だけでなく、高齢者に多い咬筋の硬直や顔面のコリも施術を重ねるごとにほぐれ、口が開けやすくなるなど咀嚼や食生活などにも効果的であることがわかった。今回はトリートメントのみの検証をしたが、音楽療法や芳香療法などを併用する事で、より効果が期待できると考える。誰が施術しても認知症の改善がみられるような、施術方法の構築を今後の課題として、長期にわたり調査する事が必要であると考ええる。