

## 認知症の音楽療法（一九八三年～）

認知症になられた現在でも、尚、音楽が楽しめる患者さんには、楽しめる音楽を利用して、少しでも病状を改善させたいと考えました。

でも、音楽が好きか嫌いか、更に、好きならどんな曲が現在でも楽しめるのかは、認知症の患者さんには、お尋ねできませんから、様々な曲を聞いていただき、その前後の脳波をとり、脳波を改善させた曲が、その患者さんの喜ばれるものであろうと推定をしました。

愛唱歌があるとおっしゃった患者さんには、その曲を唄っていただいた前後の脳波を比べ、脳波を改善した曲があれば、それを度々唄っていただきました。

脳波測定者が五百名を超えた時点で、統計をとってみました。その結果は以下の通りです。

### 1) 音楽鑑賞

#### イ) 音楽のジャンル別

脳波の改善率が最も高かったのはロックでして、改善率が最低だったのはナツメロでした。

今から約三十年位前の高齢者にとっての若い頃は、まさにテレビのおしんの時代でしたから、楽しい思い出よりも辛く悲しい思い出の方が多かった筈ですから、ナツメロで思い出される過去が、喜べなかったためではないでしょうか。

#### ロ) 病型別

アルツハイマー病では、ロック、サンバ、行進曲などのリズムカルな曲が、脳波を改善しました。

音楽の中樞は、側頭葉の中側頭回にあります。アルツハイマー病の病変は、側頭葉から始まりますから、音楽中樞は比較的初期からやられてしまいます。従って、音楽のメロディーやハーモニーなどは楽しめなくなり、原始的なリズムだけしか楽しめなくなったためではないでしょうか。

血管性認知症では、ややスローなテンポの美しいメロディーのクラシック曲が、脳波を最もよく改善しました。

これは、側頭葉皮質には、脳血管障害の発生が比較的少ないために、音楽中樞の機能が残っているためと考えられます。

ややスローなテンポのメロディーは、血圧を下げる効果もありますから、その点からも、血管性認知症には有効と言えます。

## 2) 唄う

愛唱歌を唄っていただいた脳波の中で、最も改善率の高かったのは、民謡でした。

あの当時の高齢者にとって若い頃の楽しみは、盆と正月だけでしたから、盆踊りを思い出させる民謡が楽しかったのではないのでしょうか。

## 3) 音楽療法の有効性

脳波を改善させる曲を使った音楽療法が有効であったかどうかを検証するために、私達が五年以上経過を観察できた認知症の患者さんの中で、すべての曲目で脳波が改善されたので音楽療法を実施できたグループA群（三十二名）と、すべての曲目で脳波が改善されなかったので音楽療法を行わなかったグループB群（四十八名）の経過を比較しました。

認知症の改善率は、A群が56.3%なのに、B群は6.3%でして、死亡率では逆に、B群が41.7%なのに、A群は18.8%でした。

しかも、音楽療法を始める前の認知症の重症度は、B群の方がA群よりも軽症でした。

従って、この方法による音楽療法は、非常に有用であることが確認できたと言えます。

脳波計のないご自宅では、様々な曲を聞いていらっしゃる時の患者さんの表情で判断できればよいと思います。