

塗り絵により抑うつ症状が軽減した軽度認知機能障害の一症例

聖志会渡辺病院 作業療法課

阪口彩香 阪口裕子 堀部真世 門岡奈月 稲山靖弘

介護付き有料老人ホーム聖志苑 山内 一広

【はじめに】

塗り絵は、ロウエンフェルド(1947)が、絵の輪郭が予め与えられていることから幼児において創造性が育たないと指摘した。一方で、大人の塗り絵は多種多様であり、野末ら(2018)は、構造化されているが故に精神的な安定感を増しやすく、芸術活動の素人も取り組みやすく、古賀(2005)、初田(2007)らは自由に色彩を表現しながら、計画し、指や手を動かすことで、脳の活性化をもたらすとした。

今回、90歳の超高齢者において、抑うつ症状を伴った軽度認知機能障害の方に塗り絵を行ったところ、抑うつ症状が軽減した症例を経験したので報告する。尚、本人と家族には発表の趣旨を説明し口頭で同意を得ている。

【症例紹介】

90歳代後半、女性。診断名:うつ状態、軽度認知機能障害、慢性心不全。生活歴は、結婚歴はなく、50歳まで独居で織物の仕事に従事。現病

歴は、X-9年、左大腿骨骨折後、病院へ入院、その後施設に入所。X年、次第に介護拒否、全身倦怠感、抑うつ気分がみられたため、当施設に入所となった。

【初期評価】HDS-R は 16/30 点、VITALITY INDEX は7/10 点、FIM は 101/126点。起居動作は自立、歩行は歩行器にて 100m以上、興味・関心チェックリストは塗り絵、読書であった。頭部 CT では脳室拡大著明。入所時より、全身倦怠感があり、入浴、作業活動も拒否し、臥床傾向、食欲不振がみられた。また「長生きしたくない」とスタッフに漏らしていたことから、うつ状態にあると考えた。

【介入方法】

うつ状態にあることから、関心のある作業を提供することにより、気分転換、達成感の獲得を目的とした。興味・関心チェックリストから、塗り絵を用いて介入した。介入期間は X 年 4 月～12 月の 9 か月間。初回は、見本を用意し、4 色程度の難易度の低いものを選択した。作業頻度は、月 1 回からはじめ、慣れ具合から週 2 回と増加させた。完成した作品を自室に飾り、さらに完成した作品を展示ボードに掲示した。

【経過と結果】

開始1か月は、色の少ない大きいイラストを完成した。開始 2～3 か月は、

作業の注意の持続が延長し、他の映画鑑賞、カラオケなどに参加するようになった。開始 4～5 か月はイラストが細かいものを完成した。開始6～7 か月は自分がいいと思った色を選択し、塗り絵において自主性が出現し、人物の選択が増えた。開始 8～9 月は躍動した人物を選択し、日常において明らかに笑顔も増えた。作品数は、およそ月 5 枚であり、種類は、花、風景、人など選択した。終了時、HDS-Rは18点、FIMは108点であった。

【考察】

症例は、介入期間、認知機能も低下することなく、塗り絵自体も複雑に、選択する色も増加、内容も物体から躍動する人物に変化していった。この間、症例は、食欲を回復し、他の作業活動に参加し、他の入所者との交流も増え、抑うつ症状が軽減した。このことは、野末、初田、古賀の報告のように、塗り絵が精神を安定させ、脳の活性化をもたらす可能性を示唆しているものと考えられた。