

# 認知症高齢者のアロママッサージによる行動変化

八木澤良子<sup>1\*</sup> 稲垣絹代<sup>2\*</sup>

<sup>1\*</sup>広島国際大学, <sup>2\*</sup>神戸市看護大学

キーワード：認知症高齢者, アロママッサージ, 行動変化

## Changes of Behavior by Aroma Massage for Elderly with Dementia

Ryoko YAGISAWA<sup>1\*</sup>, Kinuyo INAGAKI<sup>2\*</sup>

<sup>1\*</sup>Hiroshima International University, <sup>2\*</sup>Kobe City College of Nursing

Key words : Elderly with Dementia, Aroma massage

### I. はじめに

認知症高齢者にみられるさまざまな行動障害は、記憶障害を中心とした認知機能障害を背景として、不安感や不快感、焦燥感、ストレスなどの心理的要因が作用して出現するものと考えられている。また、認知症の進行に大きな影響を与えるものに社会的孤立があるといわれている。環境の変化、離別、死別に加え、介護によって生ずるコミュニケーション関係のまずさ、医療・福祉の援助水準の低さによっても生じているといわれている。

一方、看護の多くの場面で、リラクゼーション、疼痛緩和、血行促進などの目的でマッサージが日常のケアに用いられてきた。マッサージの部位として特に手は、服を脱ぐ必要がなく、短時間で行え、他の部位よりも触れられることに抵抗が少ないので、不安や焦燥感を抱えた認知症高齢者にも比較的受け入れやすい。これに鎮静効果があるとされるラベンダーの精油を加えることで、匂い刺激と共に深いリラクゼーションが得られるのではないかと考えられる。

アロマセラピーの最近の研究では、生理学的根拠を追求したものが多く、血圧（林, 2000）、心電図（吉田, 2000）、脳波（原田, 2000）、光トポグラフィ（平田, 2002）、サーモグラフィ（真栄城, 2001）などの様々な指標が用いられている。中でも安全性が高く、比較的好まれやすい香りのラベンダーは、リラクゼーション

を促すとして実際に臨床でも多く用いられている。

しかし、こうした研究のほとんどは健常成人を対象としたものであり、一時的な変化を見たものが多い。キットウッド（2005）は、認知症高齢者のためのケアとして、その人を中心としたケア（パーソンセンタード・ケア）を提唱し、その人らしさを尊重したアプローチの方法として、マッサージ、リラクゼーション、アロマセラピーなどが含まれると述べている。このような、その人らしさを尊重したアプローチのなかで、アロマセラピーは匂いが記憶や感情に作用するという特徴があることから、マッサージと組み合わせることにより、認知症高齢者に大きな効果があるとも考えられた。このことから、記憶障害をもつ認知症高齢者にどのような影響をもたらすのか、また、それに伴う行動の変化はあるのかをみていくために、一時的なものではなく経時的に1人1人を観察し、その効果を明らかにすることが本研究の趣旨である。

以上のように、本研究の目的は、施設入所の認知症高齢者がアロママッサージを受けることで、どのような反応、行動がみられるかを明らかにしていくことである。

### II. 研究方法

#### 1. 対象

特別養護老人ホームに入所し、認知症老人の日常生活

活自立度判定基準においてランクがⅡa～Ⅲbに判定された10名で、家族、本人から同意を得られた者である。

## 2. データの収集期間及び方法

1) 期間：2004年6月28日～7月29日。

2) 事前の情報収集：看護、介護記録から、対象者の現疾患、既往、ADL、内服薬、家族環境などやアロマオイルのパッチテストの結果を得る。

3) 行動観察による情報収集

対象者について、1日2回、昼食後と夕食後にアロママッサージを施行し、それを3日間続け、施行時の反応を観察し、記述した。

4) アロママッサージの方法

パッチテストは、アロママッサージを施行する前に前腕内側に施行時使用するオイルを1滴塗布し、24時間経過をみて、異常がないことを確認した。

使用した精油（アロマオイル）は、フランスの「プラナロム」社製で、精油名はラベンダー・アングスティフォリア（真性）、ロット番号はBIOLASF2PR1103である。

ホホバオイルに1%濃度になるようにラベンダーオイルを混ぜ、施行の具体的な手順としては、ギル（2000）の手のマッサージの方法で、両手10分かけて行った。実施中は自由会話とした。

## 3. データの分析方法

アロママッサージ施行時の反応を単一事例毎に経時的に記述したデータから共通した反応を抽出するという質的記述的な分析を行った。

## 4. 倫理的配慮

対象者、家族、施設スタッフへ、文書と口頭にて説明と同意を得た。サインをするのが困難な対象者には、口頭での同意と家族または施設長のサインを得た。アロママッサージ施行時の観察により、皮膚の状態、気分不快等に留意し、異常や拒否の言動が見られた場合は中止することを説明した。対象者、家族、施設スタッフに疑問や不都合が生じた場合は、いつでも連絡がとれ、すぐに対応ができるようにするため、同意書に研究者の連絡先を明記した。

## Ⅲ. 結 果

### 1. 対象者のプロフィール

表1 対象者のプロフィール

被験者の基本的属性			認知症自立度	要介護度
①	79 歳	女性	Ⅲ a	4
②	90 歳	女性	Ⅲ a	4
③	92 歳	女性	Ⅲ a	3
④	92 歳	女性	Ⅱ b	2
⑤	88 歳	男性	Ⅲ b	4
⑥	93 歳	女性	Ⅲ a	3
⑦	89 歳	女性	Ⅲ a	4
⑧	90 歳	女性	Ⅲ a	3
⑨	91 歳	女性	Ⅲ a	4
⑩	87 歳	女性	Ⅲ a	3

### 2. アロママッサージ施行時の対象者の反応

#### 1) 対象者①の反応

1 日目は、「匂いますか」の問いにうなずきがあったが、その後は居眠りを始め、会話はなかった。2 日目も居眠りが多かったが、終了時「明日もしますね」と声をかけると、「はい」と力強い返事があった。3 日目も居眠りが多かった。「今夜もさせてください」というと、「ありがとう」と微笑みながらの返事があった。

#### 2) 対象者②の反応

1 日目に匂いについて問うと、「匂いますよ」と返事があり、「けがをした時に先生にマッサージをしてもらって良くなりました」、「油が出てきた」、「こんなにやさしくしてもらったら気持ちいいですよ。私は気持ちいいけどあなたは大変でしょ」と話しながら、途中より腕が重くなり、眠り始めた。2 日目は、「他の人が片付けしているのに私がマッサージなんて・・・」と食後の片付けをしている職員の様子を気にしていたため、時間をずらして施行した。その後も何か気になるのか視線が落ち着かない様子であった。3 日目は、「くつの片方がない」「餌をやろうと思って・・・」と言いながら視線が落ち着かず、そわそわしていた。聞くと、「猫の餌が気になって・・・」と返事があった。施行を始めると、「気持ちいいよー」と受け入れていたが、終えると再び何かを探そう様子がみられた。

#### 3) 対象者③の反応

1 日目に匂いについて問うと笑いながら首を振った。「気持ちいいですか」との声かけに「そりゃそうよ」と返事があった。2 日目、3 日目も「昨夜はねむれま

したか」の問いに「はい、おかげさまでよく眠れました」と返事があり、施行が始まるとすぐに入眠し、会話はなかった。

#### 4) 対象者④の反応

1 日目に匂いについて問うと「松の蒸した匂いがする」と返事があった。「前の施設でもマッサージしてもらった」「シナでもしてもらったことがある」と戦争体験などを話し始めたが、途中から腕が重くなり、眠り始めた。2 日目は、「やってくれる？」と希望があった。戦争体験を身振り手振りで夢中になって話した。「あんた、どこ？」「またきてくれる？」などの言葉があった。3 日目は、「あんた子供いる？この人形あげようか」と施行者への気遣いがあった。その後は夢中で話をしたり、陽気に歌を歌う場面もあった。

#### 5) 対象者⑤の反応

1 日目、匂いについては「匂いません」とはっきりした返事があった。施行中は、家族のことや昔の出来事、自分の得意だったことなどを話し続けた。2 日目は、昼食後は「私はどうしてここにいるのでしょうか」「あなたはどこのお方ですか」「私はどこへ行けばいいのでしょうか」などの不安そうな言葉があったが、夕食後は「やってくれますか？」「ありがとうございます」とうれしそうな言葉があり、家族のことを話した。3 日目は、「どこのお方ですか？」と不審そうな言動があったが、施行が始まると家族のことを笑顔で話し、途中「いい匂いがします」と自分からいっていた。

#### 6) 対象者⑥の反応

1 日目、匂いについて問うと「あんまし匂わん」と返事があり、「油つけたら燃えるわいな」と施行者の手を払いのけるような行為があった。再度説明をすることで納得され、施行が始まると「何かいい匂いがする」と、匂いを確かめるように顔を近づけた。また、「私がさすってやるわ」と施行者の手を擦り返してきた。2 日目、匂いについては「少しする」と返事があり、施行者の手を楽しそうに擦り返してきた。終わると自分の手を眺め、擦っていた。夕食後はすぐに入眠した。3 日目は、「お父さんがどこかへいった、昼に来てくれなかった」と悲しそうに話し、匂いについても「いい匂いじゃないね」と返事があった。夕食後も「息子が帰ってこない」「息子は20歳で独身です」「ご飯食べさせなくちゃ」と不安そうな訴えがあったが、施行中は擦り返す行為がみられ、「いい匂いがする」と笑顔も見られた。

#### 7) 対象者⑦の反応

1 日目に匂いについて問うと「少しします、何の匂いかわかりません」と返事があり、それ以外は目を閉じたままであった。2 日目は、施行中目を閉じたままであったが、突然「お母さんよー」と言葉を発した場面があった。終わると突然目を開け、我に帰ったかのように「ありがとう」といった。3 日目は、「お風呂」の話をきっかけに昔の思い出を楽しそうに語りはじめた。その後「あんた年いくつ？」「あんたの手あったかいね」など、施行者への関心を見せる言葉があった。

#### 8) 対象者⑧の反応

1 日目、匂いについて問うが微笑みだけであった。施行中はずっと閉眼し、施行者の手を握りしめるような行為が繰り返された。終わると「またね」と返事があった。2 日目は、「はいどうぞ」と返事があったが、すぐに眠りはじめた。終わると施行者の手を握り、微笑んだ。3 日目も、強く握りしめる行為があったが途中から深い呼吸と共に力が抜け始めた。夕食後は施行が始まると同時に「あのね、お父さんがね、お母さんがね、お嫁さんがね・・・と思うのよ、伝えてくれるかしら」と終始話続け、終わるとにっこり微笑んだ。手の力は抜けており、握りしめる行為もなかった。

#### 9) 対象者⑨の反応

1 日目、昼は施行者の手を擦り返してきたり、「無理しなさんな」「気をつけてね」と気遣う言動が見られた。また、陽気に歌う場面もあった。夕食後は「さみしい」「あかちゃんやけん」と涙を流して訴える場面があり、終わると「無理しなさんな」といった。2 日目は、ずっと話続け、途中何度か「気持ちいい」という言葉が聞かれ、次第に陽気になって、歌ったり踊ったりする場面もあった。3 日目、匂いについて問うと「わからん」と返事があった。2 日目同様、話や歌、踊りを楽しむ場面が見られ、「無理しなさんな」「気をつけてね」といった言葉も聞かれた。

## IV. 考 察

### 1. アロママッサージのリラクゼーション効果

アロマセラピストのギル(2000)は「いたわるようなタッチは、さみしさや悲しさを慰め、不安な気持ちを取り除きます。アロママッサージではまず気持ちよくしなければいけないのです。なぜなら気持ちよくリラックスし、幸福感を味わうことから心の癒し、そし

て身体の癒しが始まると考えるからです」と述べている。

本研究においても、アロママッサージ施行中に睡眠や居眠りが見られた対象者は、9名中7名であった。食後の施行であることも考えられたが、対象者④や⑧に見られたように、呼吸が深くなり、腕の緊張がとれて重くなったり、手を握りしめる行為がなくなり言葉が流暢に出た場面からも、リラクセーション効果があったと考えられる。また、対象者②、③、⑧では実際に「気持ちがいい」などの言葉で心地よさを表現している。

## 2. アロママッサージの記憶と回想への影響について

認知症の中核症状は、物忘れから始まる記憶障害を中心とした認知機能障害であるが、アロママッサージ施行中には、対象者④は戦争体験について、⑤は家族のことや自分が昔得意だったこと、②と④では昔受けたマッサージのこと、対象者⑦ではお風呂の思い出を語る場面がそれぞれあった。鬼村（2001）も、「昔使った化粧品を思い出しながら生き生きとした表情で若いころを振り返る人、季節や家族の話題で会話を弾ませる人、うっとりした表情で眼を閉じる人がいた」と報告している。本研究でも過去の思い出を回想できる機会と成り得たことがわかった。

また、言葉を表出しにくかった対象者①が、短い言葉ながらはっきりと「はい」や「ありがとう」と言葉を表出していたことから、繰り返し施行することで、発語も改善できるのではないかと考えられる。

## 3. 匂いの反応について

嗅覚は30代をピークに低下し、認知症や、薬剤の服用などで嗅覚障害が起きやすいといわれている。アロママッサージを施行した9名のうち、匂いがすると反応があったものが6名であった。何の匂いかを言い当てることはできなかったが、対象者④の男性1名のみが「松を蒸した匂いがする」と表現していた。対象者⑤は、初日「匂いません」といっていたが、3日目は「いい匂いがします」と反応があり、対象者⑥では、「あんまし匂わん」「何かいい匂いがする」「少しする」「いい匂いがする」と、時間によっても日によっても違う反応があった。匂いの感受性がいつも同じとは限らず、その反応も時間によって異なることが考えられる。また、認知症による認知機能が低下していること

によって、感知できない状態も考えられた。

また、対象者⑥のように、「お父さんがどこかに行った」と気落ちした状態のときでは、「あんまりいい匂いじゃないね」と言っていたことから、その時の心理的状況などでも感受性が変化するのではないかと考えられた。

本研究で用いたラベンダーは、最近では生活雑貨にも広く使われ馴染みのある匂いの1つとなっはいるが、現在の高齢者にとっては、今回の対象者の反応からも馴染みのある匂いとはいえないことがわかった。

## 4. 認知症高齢者の内面世界

アロママッサージを10分間施行することで、直接スキンシップをとりながら対象者と向きあうなかで、認知症高齢者の内面世界を知ることができた。

対象者②では、落ち着かない様子で周囲を見回している時があったが、「靴の片方がない」「餌をやろうと思って」「猫の餌が気になって」との言葉から、猫を飼っていた過去に遡って、愛猫を思う気持ちから餌を探さなくてはといった差し迫った状況であったと思われる。

同様に対象者⑥では、「お父さんがどこかに行った、昼に来てくれなかった」「息子が帰ってこない」「息子は20歳です」「ご飯食べさせなくちゃ」と、不安そうな言動があった。対象者は、息子が20歳の頃の状況に戻っており、心配をしている状況と思われた。

また、⑥では、「私はどうしてここにいるのでしょうか」「私はどこへ行けばいいでしょう」と、訴えている。施行中も不安な様子を隠せない。また他の対象者でも、⑦が「お母さんよー」と発したり、⑩では「さみしい」と泣きだし「あかちゃんやけん」と何度も訴えたことから、不安や心配がある状況であることが考えられる。

アロママッサージというケアを通して、それぞれの内面世界をわずかではあるが見ることができた。これは、わずかな時間ではあるが、10分間、落ち着いて対象者のそばにすることで、対象者も状況を訴えやすく、施行者も傾聴しやすい状態であったためと考えられる。

しかし、得居（2001）は、認知症高齢者患者への手のマッサージの試みで、「こだわっていることが満たされない状態にあるときは、興奮行動が生じたり、マッサージを落ち着いて受けることができなくなったとし、本人のこだわりをあらわす言動には、介入前に、具体的にこたえておく必要がある」と述べている。

こだわりのあった対象者では、施行中は抵抗などなかったものの、施行後でも落ち着かないなど、行動に変化がみられなかったことから、アロママッサージというケアの前に、対象者のこだわっていることに傾聴し対応することが優先される必要があったと思われる。

#### 5. 施行者との関係性の変化

アロママッサージ施行では、1対1のスキンシップを伴うダイレクトな関わりを持ったといえる。

対象者①の「ありがとう」、②の「おかげさまで、よく眠れました」、④の「また来てくれる?」と、対象者②、④、⑨のように「大変でしょ」「この人形あげようか」「気をつけてね」「無理しなさんな」と施行者への気遣いをするもの、⑥と⑨では施行者の手を擦り返す行為、それぞれの言葉や行為で施行者へのアプローチがあったといえる。日を追うごとに、そうした積極的なアプローチが増えていることから、施行者と対象者の関係性が日毎に深まっていったと考えられる。

得居（2001）は、人間的疎通性について、マッサージによる手の触れ合いがお互いの縄張りの境界を通過することで人間的疎通性の回復があり、対象者自身の可能性が回復するのではないかと述べており、本研究でも、同様のことが考えられる。また、ケアを提供されるだけでなく、自分からも擦り返すことで、自分にも人にしてあげられることがある、人の役に立ちたいといった思いもあるように思う。こうしたニーズに応えるためにも、マッサージをお互いが交互にするのも有効な方法の一つとして考えられる。人形や動物、子供など、高齢者はよく愛しそうに撫でたり擦ったりするが、こうした行為が自然にできるとき、認知症がないに関わらず、人間の本質が何であるかを再確認できると考える。プライスら（2001）は、「マッサージによるリラクシング作用は、これを施行する看護婦に対しても鎮静効果を示します。そして、看護婦は真のホリスティックケアを提供することができるのです」と述べている。相手を楽しみたいと感じたり、慈しむ気持ち、そうした想いが撫でたり擦ったり、やさしいマッサージ、手当て、そしてケアに続くものであることを、認知症高齢者とかかわりから、施行者自身もケアの恩恵を受けることになり、人と人とのダイナミックな相互作用の回復可能性を期待できるといえる。

#### IV. 結 論

アロママッサージを施行し、短い時間では在るが、それぞれの対象者の気づかなかった内的世界を共有することができた。心地よい香りやマッサージといったケアによって引き出されるそれぞれの感情、記憶、関係性の変化が観察された。匂いはまさに記憶と感情の領域に作用するものであることから、回数を重ね、その変化を見て行くことは、それぞれの対象者の可能性を見ていくことであり、意義のあることと考えられる。本研究の限界としては、対象者が限定されていること、アロママッサージと他のケアとの関連や行動変化の要因の究明が厳格になされていないこと、アロママッサージ施行時の行動変化と生理学的指標による関連性についての言及ができなかったという限界を持っているが、今後の課題として研究をすすめていきたい。

#### 引用・参考文献

- 有園博子他（1998）：高齢者に対するニオイを用いた回想療法の試み，臨床精神医，27(1):63-75
- ギル佳津江（2000）：今日からはじめるアロマセラピーマッサージ，風媒社
- 原田昌樹他（2000）：レモンガラスが脳波・自律神経にもたらす効果—アロマセラピーの生体に対する客観的効果の検証—，日本薬物脳波学会雑誌，2(1):19-21
- 林智美他（2000）：足浴によるラベンダーオイルの効果，神奈川県立看護教育大学校看護教育研究収録（1341-8661）25:32-37
- 平田幸一他（2002）：臨床脳波，44(2):86-90
- 高齢者痴呆介護研究・研修大府センター監修（2004）：その人を中心としたケアをめざして～パーソン・センタード・ケアと痴呆ケアマッピング～，高齢者痴呆介護研究・研修大府センター：1
- 真栄城千賀子他（2001）：サーモグラフィによる皮膚表面温度からみたラベンダー臭気吸入の自律神経への作用，バイオメディカルサーモグラフィ，21(3):108-112
- 鬼村京子他（2001）：痴呆老人にアロマオイルを用いたハンドマッサージの有効性，日本精神科看護学会誌，44(2):317-320
- 鈴木みずえ他（2006）：パーソン・センタード・ケア

と認知症ケアマッピングを用いた研究の動向と看護  
研究の課題.看護研究Vol.39 No.4:21.

シャーリー・プライス, レン・プライス (2001): プ  
ロフェッショナルのためのアロマセラピー, フレグ  
ランスジャーナル社

谷川原千恵美他 (1994): ニオイによる高齢者の “な  
つかしさ” の喚起ー “なつかしさ” を喚起させるニ  
オイの選定ー, 人間工学, 30(1):51-56

得居みのり他 (2001): 老年期痴呆患者への手のマッ  
サージの試み, 老年看護学, Vol.6, No.1

トム・キットウッド (2005): 高橋誠一訳: 認知症の  
パーソンセンタードケアー新しいケアの文化へー,  
筒井書房

吉田聡子他 (2000): 香りが自律神経に及ぼす影響, 日  
本看護研究学会雑誌, 23(4):11-17

(受付: 2007.11.30; 受理: 2008.2.7)