

2019年9月9日(月)
令和元年度 認知症介護研究・研修東京センター 研究成果報告会
「認知症ケアセミナー」 認知症地域共生社会をつくる

BPSDの予兆と対応 ～笑顔で穏やかな生活を支える～

社会福祉法人浴風会 認知症介護研究・研修東京センター 藤生大枝

認知症をポジティブにとらえ、**本人も家族も笑顔**で安心した生活継続を目指すための、実臨床に即した**BPSDの薬物・非薬物療法の包括的指針**を作成し、全国に広めることが本AMED研究※の目的である。
※AMEDの資金配分を受けて3年間で行う公費研究課題(研究代表:山口晴保)

研究成果物のBPSD気づき質問票を中心に BPSD予防に効果的な評価票などをご紹介します

BPSD+Q
BPSD25Q

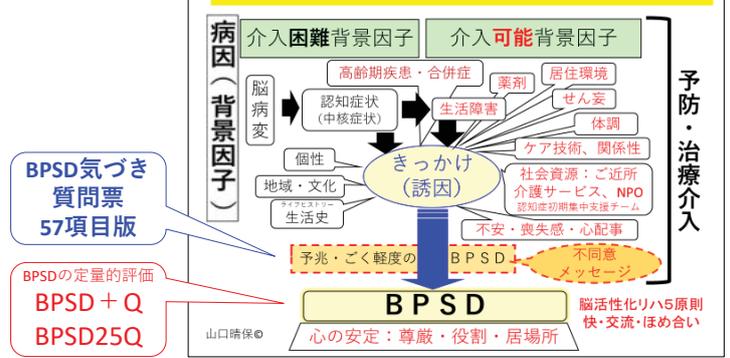
BPSD気づき質問票
57項目版

ポジティブ日記
*文部科研費

なぜ評価票を開発したか？

- ・予防・治療を目指すために、**まずは(共通言語で)捉える必要がある。**
- ・**なおかつ数値化できれば、客観的に変化をみられる。**

BPSDの背景因子と予防・治療



BPSD気づき
質問票
57項目版

BPSDの定量的評価
BPSD+Q
BPSD25Q

山口晴保

BPSD+Q(認知症困りごと質問票)の紹介

医療・介護の関係者が
BPSDの状況を共有し、捉えて、
適切に対処するための質問票。

- 25のBPSDとせん妄を評価できる
- 過活動、低活動、生活関連に分類
- 介護保険主治医意見書の
周辺症状項目(10項目)を網羅
- 現場での使いやすさを追求
 - ・認知症介護指導者のご協力
 - ・記入の説明書を作成
 - ・記入時間平均6分
 - ・無料で使える

DCnetの「解説付き評価尺度等」に無料公開
※「DCnet 解説付き評価尺度等」で検索

主治医意見書の項目を網羅

| BPSD+Q/BPSD25Q 認知症困りごと質問票 | 認知症 | せん妄 | 過活動 | 低活動 | 生活関連 | せん妄 |
|------------------------------|-----|-----|-----|-----|------|-----|
| 1. 興奮・不安・怒り・泣き・叫び・暴言・暴行 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2. 徘徊・脱走・徘徊・脱走 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 3. 食事を摂らない・摂り過ぎ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 4. 排泄を我慢する・頻りにする | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 5. 入浴をしない・しない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 6. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 7. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 8. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 9. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 10. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 11. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 12. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 13. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 15. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 16. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 17. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 18. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 19. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 20. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 21. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 22. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 23. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 24. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 25. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 26. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 27. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

BPSDを分類 して評価できる

既存の評価票(NPI)は
BPSDを一括して評価

過活動

*通常範囲より活動が多い

低活動

*通常範囲より活動が少ない

生活関連

*日常生活に関連する症状

せん妄 (BPSDと併発が多い)
*覚醒レベルの低下

| | | | |
|-----------------|-------------------------------------|---|-------|
| 1 | 実際にないものが見えたり、聞こえたりする | 0 | 幻視/幻聴 |
| 2 | 虚られたという、嫉妬する、別人という誤認して○(盗食、暴言、暴行、他) | 0 | 妄想 |
| 3 | 他者を傷つけるような暴言を発する | 0 | 暴言 |
| 4 | 他者に暴言を吐く | 0 | 暴言 |
| 5 | うろたえる、不安そうに動き回る | 0 | 徘徊/不穏 |
| 6 | 夜/施設から出たがる | 0 | 徘徊/外出 |
| 7 | 他者への性的に不適切な行為 | 0 | 性的な行動 |
| 8 | こだわって同じ行為を何度も繰り返す | 0 | 徘徊/行動 |
| 9 | 我慢ができない、衝動的に行動する | 0 | 衝動性 |
| 10 | 怒りっぽい | 0 | 易怒性 |
| 11 | 忘れて同じことを何度も繰り返す | 0 | 徘徊/行動 |
| 12 | ものをためこむ | 0 | 徘徊/行動 |
| 13 | 大声・囁声で騒ぐ、きけぶ | 0 | 大声 |
| 過活動スコア(1~13)計 | | | |
| 14 | 意欲的で気分が落ち込んでいる | 0 | うつ |
| 15 | やる気がない、自分からは動かない | 0 | 徘徊/行動 |
| 16 | 声かけに反応がない、興味を示さない | 0 | 徘徊/行動 |
| 17 | 心配がけがする | 0 | 不安 |
| 18 | 日中うつとする | 0 | 徘徊/行動 |
| 19 | 部屋・家から出たがらない | 0 | 徘徊/行動 |
| 低活動スコア(14~19)計 | | | |
| 20 | 夜間寝ないで活動する | 0 | 徘徊/行動 |
| 21 | 興奮や過食、拒絶 | 0 | 徘徊/行動 |
| 22 | 介護されることを拒否する(誤認して○(盗食、暴言、暴行、他)) | 0 | 徘徊/行動 |
| 23 | 度や度で汚す、何日も入浴しない(誤認して○(盗食、暴言、暴行、他)) | 0 | 徘徊/行動 |
| 24 | 髪や爪、スキンケア等の欠片不適切な管理 | 0 | 徘徊/行動 |
| 25 | 隠す、別な場所に置く、押し返す | 0 | 徘徊/行動 |
| 生活関連スコア(20~25)計 | | | |
| BPSD25Q(1~25)計 | | | |
| 26 | 幻覚妄想を伴い興奮状態が急激に出現 | 0 | 急性せん妄 |
| 27 | ボーッととして覚醒レベル低下が出現 | 0 | 慢性せん妄 |
| BPSD+Q(1~27)合計 | | | |

BPSD気づき質問票57項目版(BPSD-NQ57)の紹介

- 認知症の人の変化に、**早期に気づいて対応する**
⇒**BPSDの予兆に気づいて予防する**

- 専門家・現場の介護職の考える
「ちょっとした変化」に気づく
 - ・専門家・現場介護職員に着眼点を調査して作成
 - ・現場感覚の見える化
 - ・BPSD発現に至る前に対応できる
 - ・新人教育に活用できる(着眼点がわかる)
- 現場での使いやすさを追求
 - ・認知症介護指導者のご協力
 - ・1週間を振り返り○を付けるだけ
 - ・解説書を作成
 - ・記入時間平均4分
 - ・無料ダウンロードで使える
- その他のBPSD出現の
関連要因もチェックできる

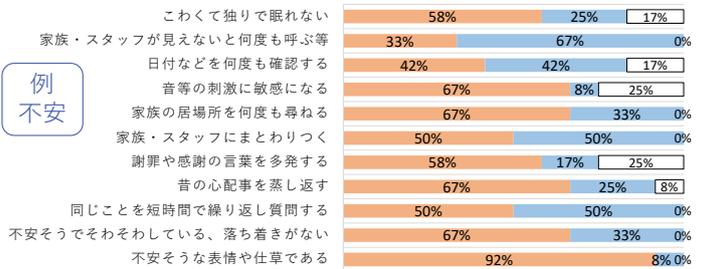
DCnetの「解説付き評価尺度等」に無料公開
※「DCnet 解説付き評価尺度等」で検索

| BPSD気づき質問票57項目版 (BPSD-NQ57) | 予兆 | BPSD | 関係なし |
|-----------------------------|----|------|------|
| 1. 興奮・不安・怒り・泣き・叫び・暴言・暴行 | ○ | ○ | ○ |
| 2. 徘徊・脱走・徘徊・脱走 | ○ | ○ | ○ |
| 3. 食事を摂らない・摂り過ぎ | ○ | ○ | ○ |
| 4. 排泄を我慢する・頻りにする | ○ | ○ | ○ |
| 5. 入浴をしない・しない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 6. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 7. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ |
| 8. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 9. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 10. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 11. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 12. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 13. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 14. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ |
| 15. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 16. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 17. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 18. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 19. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 20. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 21. 髪を洗わない・洗わない | ○ | ○ | ○ |
| 22. 歯磨きをしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 23. 食事の準備・調理をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 24. 掃除をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 25. 洗濯をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 26. 入浴をしない・しない | ○ | ○ | ○ |
| 27. 衣服の着脱をしない・しない | ○ | ○ | ○ |

これは予兆なのか？ 専門家の意見は？

認知症介護指導者12名が「BPSDの予兆」、「BPSD」、「関係ない」に分類。
※下記表は結果の一部であり、「不安」に関する項目。

予兆 BPSD 関係なし



- 概ねBPSDかその予兆に分類された。
- BPSDか予兆かの区別は難しい。
- 予兆確認後に未対応でBPSD発現したか調査するのは倫理的に困難(適宜ケア実施のため)。
⇒「予兆・初期症状」に気づき予防することに主眼を置いた。

具体的には・・・ BPSD-NQ57の不安項目

- 1) 不安 /11
- () 不安そうな表情や仕草である
 - () 不安そうでそわそわしている、落ち着きがない
 - () 同じことを短時間で繰り返し質問する、訴える
 - () 昔の心配事を蒸し返す
 - () 謝罪や感謝の言葉を多発する
 - () 他者(家族・スタッフ・利用者等)にまわりつく
 - () 家族の居場所を何度も尋ねる
 - () 音等の刺激に敏感になる
 - () 日付などを何度も確認する
 - () 家族・スタッフが見えないと何度も呼ぶ／頻回のナースコール
 - () こわくて独りで眠れない

チェックが増えてきたら、不安が出現・・・？

- ①チェックで気づく
- ②気づいて対応を考える
- ③対応を実践、経過を観察して変化をみる・・・繰り返し

予兆に気づいた経験談～まずは「安心・快」を

70代のご夫婦(妻がアルツハイマー型認知症)を招待したときの話

①チェックで気づく(項目を知っていて気づく)

- (○) 不安そうな表情やしぐさである
- (○) 不安そうでそわそわしている、落ち着きがない
- (○) 同じことを短時間で繰り返し質問する、訴える
- (○) 謝罪や感謝の言葉を多発する

②気づいて対応を考える ③対応を実践、経過を観察して変化をみる

話をしたりお茶をしたりして過ごす。折紙を一緒に行ったが、細かい作業は苦手な様子。結果、あまり不安な様子は変わらず。

2回目の面談時に対応を変更(ダンス・カラオケが好きと情報を入手)

繰り返し・・・(対応の変更)

みんなでカラオケ大会で笑顔に。さらに歌を褒め合う。後半に藤生も参加、歌の指導を受ける。楽しく食事をして、にこにこ午後のサロンにも参加していった。

早めに気づいて対応することで、本人も周囲の人も安心できる

それでも困難なことはある・・・

- ・レビー小体型認知症の幻覚、血管性認知症のうつ症状
- ・介護に関わらず、業務や人間関係などのストレス
- ・情動的共感能力が高い人ほどバーンアウトしやすい(情に厚い人)
- ・家族介護者においては、先の見えない介護、毎日続く介護、自分の健康の心配、他・・・

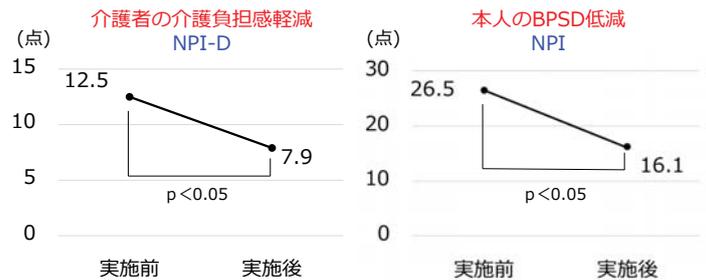
困難な中でも必ずある幸せに気づこう 介護者も幸せに

支える側も支えられるべき
認知症は生活の障害であり、周囲の支援が必要で周囲の影響を大きく受ける
そのため、支える側も安定する必要がある

ポジティブ日記の効果

ポジティブ日記とは(なるべく寝る前に)

- ①その日にあった3つの良いことを思い出して書く
- ②良いことが何で起こったのか、その理由を考えて自分をほめるように書く日記のこと。



認知症家族介護者10名がポジティブ日記を4週間実施し
介護負担感(特にうつ)とBPSD(特に妄想)が減った。

藤生大我, 山上徹也, 山口晴保: 認知症ケア学会誌 16(4):779-790, 2018

介護家族 A氏の話

認知症の実母を介護しているA氏が困っていること
・強い口調、乱暴がある ・繰り返し昔の話(妬み)を言われる
・2人暮らしのため、ずっと一緒にいなければならない

その現状と研究をきっかけにポジティブ日記を4週間実施した。



○A氏の感想
・1日の終わりを前向きに振り返って終えることで、翌日にイライラを持ち越すことが減った。
※例: 夕方に帰宅願望がでて、対応に困ったりするとそれが印象に残って終わる。

ポジティブ日記は藤生大我研究室で
無料ダウンロード可能
※「藤生大我研究室 ポジティブ日記」で検索

A氏に許可を得て藤生大我が作成
文部科研究費で研究実施中

有用なものを狙って

- ・BPSDを理解して捉える
- ・BPSDの予兆に気づき、予防する
- ・そのためにもまずは不安を減らし、安心できるように
- ・認知症は生活の障害、生活の支援を塾考する
- ・介護者の挑戦は尽きない、日々の幸せに気づく(本人・研究者なども)

参考→ 山口晴保「認知症ポジティブ!脳科学でひもとく笑顔の暮らしとケアのコツ」協同医書, 2019

医療・介護現場に貢献できるように
現場の方々と共に研究を続けていきます。

成果物は随時DCnetに公開

BPSD+Q/BPSD25Q

認知症困りごと質問票

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日 ()

ID _____ 評価者 _____ (関係 _____)

対象者 _____ 年齢 _____ 歳 性別 男 ・ 女

過去 1 週間について、下記の全質問 27 項目に教えてください。
認められなければ 0 に○をつけ、認められれば重症度と負担度に点数を付ける。

重症度 1:見守りの範囲 2:対応したケアが可能で毎日ではない 3:対応したケアが可能だが毎日ある

4:対応に困難を伴うが毎日ではない

5:対応に困難が伴いつつ毎日継続する

負担度 0:なし 1:僅かな負担 2:軽度の負担 3:中度の負担

4:大きな負担 5:極度の負担

| | 認められない | 認められる | | 網掛けは主治医意見書に関連するもの |
|--|--------|---------|---------|-------------------|
| | | 重症度 1~5 | 負担度 0~5 | |
| 1 実際にはないものが見えたり、聞こえたりする | 0 | | | 幻視・幻聴 |
| 2 盗られたという、嫉妬する、別人という(選択して○:盗害、嫉妬、誤認、他) | 0 | | | 妄想 |
| 3 他者を傷つけるような乱暴な言葉を発する | 0 | | | 暴言 |
| 4 他者に乱暴な行いをする | 0 | | | 暴行 |
| 5 うろろろする、不安そうに動き回る | 0 | | | 徘徊・不穏 |
| 6 家/施設から出たがる | 0 | | | 無断外出 |
| 7 他者への性的に不適切な行為 | 0 | | | 性的不適切行動 |
| 8 こだわって同じ行為を何度も繰り返す | 0 | | | 常同行動 |
| 9 我慢ができない、衝動的に行動する | 0 | | | 脱抑制 |
| 10 怒りっぽい | 0 | | | 易怒性 |
| 11 忘れて同じことを何度も尋ねる | 0 | | | 繰り返し質問 |
| 12 ものをためこむ | 0 | | | 収集 |
| 13 大声・鳴声が続く、さけぶ | 0 | | | 大声 |
| 過活動スコア (1~13) 計 | | | | |
| 14 悲観的で気分が落ち込んでいる | 0 | | | うつ |
| 15 やる気がない、自分からは動かない | 0 | | | アパシー |
| 16 声かけに反応がない、興味を示さない | 0 | | | 無反応・無関心 |
| 17 心配ばかりする | 0 | | | 不安 |
| 18 日中うとうとする | 0 | | | 傾眠傾向 |
| 19 部屋・家から出たがらない | 0 | | | 閉じこもり |
| 低活動スコア (14~19) 計 | | | | |
| 20 夜間寝ないで活動する | 0 | | | 昼夜逆転 |
| 21 異食や過食、拒絶 | 0 | | | 食行動異常(異食) |
| 22 介護されることを拒否する(選択して○:更衣、整容、入浴、食事、他) | 0 | | | 介護への抵抗 |
| 23 尿や便で汚す、何日も入浴しない(選択して○:風呂、異所排尿、弄便、他) | 0 | | | 不潔行為 |
| 24 タバコ、ガスコンロ等の火元不適切管理 | 0 | | | 火の不始末 |
| 25 隠す、別な場所に置く、探し回る | 0 | | | 物をなくす |
| 生活関連スコア (20~25) 計 | | | | |
| BPSD25Q (1~25) 計 | | | | |
| 26 幻覚妄想を伴い興奮状態が急激に出没 | 0 | | | 過活動性せん妄 |
| 27 ボーッととして覚醒レベル低下が出没 | 0 | | | 低活動性せん妄 |
| BPSD+Q (1~27)合計 | | | | |

自由回答欄：