

【筆頭著者 佐藤准教授からの見解】

認知症の非薬物療法で有効性が医学的に確立しているのは運動療法だけです。他の非薬物療法も今後さらに研究が進めば有効性が証明されるでしょう。しかし、患者・家族からの「少しでも進行を抑えるためにどういふことをすればいいでしょうか？」という質問に対しては、その時点で効果が医学的にもっとも確かなものからお勧めしていくのは当然のことです。したがって、現時点では前記の問いかけには「心疾患や膝・腰の変形で医師から運動を控えるように言われているのでない限り、まずは運動をしましょう」というのが、医学的に正しい答えです。

われわれは、音楽体操が健常高齢者の認知機能を改善することを 2014 年に報告しました。今回、軽度から中等度の認知症患者についても音楽体操の有効性を示せたことは、未だ根本治療法のない認知症にとって大きな意義があると考えます。このプロジェクトの枠組みは、全国の自治体・施設・病院で取り入れることができます。今回の方法が多く認知症患者さんに活用されることを願っております。