実践！

脳活性化リハビリテーション

第7回　脳活性化リハのエビデンス

山上徹也
高崎健康福祉大学
健康医療学部
講師・理学療法士

監修：山口晴保
群馬大学大学院
保健学研究科
教授・医師

今月のポイント

- 認知症グループホームでの研究で脳活性化リハ5原則のエビデンスが示された
- エビデンスを示すためには無作為化比較試験（RCT）が必要
- ケアの質を高めるためにはエビデンスが必要
- 対照群のない研究の成果は信頼性が乏しい

今回は、これまで説明してきた脳活性化リハビリテーションのエビデンス（効果の証拠）を示した研究を紹介し、エビデンスを示す方法や活用する必要性について述べます。

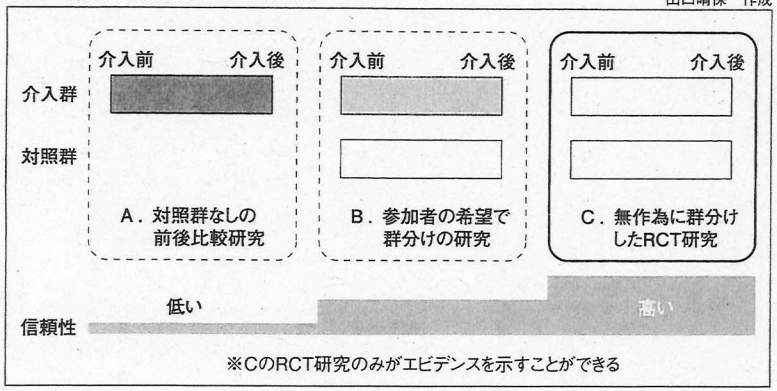
脳活性化リハのエビデンス

我われは脳活性化リハのエビデンスを示すため、無作為化比較試験（Randomized Controlled Trial［RCT］：介入群と対照群をくじ引きで決めることにより、恣意的なグループ分けを避けて行う研究）を実施しました（図のC）。グループホームの利用者54人を対象とし、無作為に、脳活性化リハ実施群（介入群）28人と非実施群（対照群）26人に分けました。介入群には①快　②ほめる　③双方向コミュニケーション　④役割　⑤エラーレスラーニングという脳活性化リハの5原則に基づき、現実見当識訓練（日付や季節の会話を楽しみながら、日時の情報を補い安心してもらう）と「作業回想法」（5月号参照）を組み合わせたセッションを週2回、1回60分で12週間（全24回）実施しました。

効果判定は、①認知症の重症度を臨床的認知症尺度（clinical dementia rating：CDR）の項目合計点で、②生活状況を高齢者用多元観察尺度（multidimensional observation scale for elderly subjects：MOSES）で、③認知機能を改訂長谷川式簡易知能評価スケールとトレイルメイキングテストA（Trail making test-A）で評価しました。その結果、CDR項目合計点とMOSESの合計点（下位項目の見当識・引きこもり）に、対照群では有意な悪化、もしくは悪化傾向を認めたのに対し、介入群では維持・改善傾向を認めました（認知機能は両群とも有意な変化を認めませんでした）。

また介入終了後、かかわったスタッフに対して「介入群の利用者の変化」と「スタッフ自身が提供するケアの変化」を調査しました。その結果、彼らは対象者の変化に関して「ほかの利用者とよく話すようになった」「明るくなった」「介護に協力的になった」などと感じたことがわかりました。一方で自身が提供するケアの変化については「利用者の昔の話を聴くようになった」「利用者から教えてもらうことの重要性を知った」「利用者の能力に気づいた」「ほめたり、感謝を伝える重要性を知った」などと感じていました。

■図　研究デザインとエビデンス　　山口晴保　作成



本研究結果により、脳活性化リハは認知症の重症度や生活状況の維持・改善に有効であり、対象者は明るくなり、他者との交流が増える可能性が示されました。

またスタッフが脳活性化リハに参加することにより、対象者への理解が深まり、ケアの質が改善する可能性も示されました。

エビデンスをつくる

もし読者の皆さんが自身のケアの効果を証明したい場合は、今回紹介したRCTを実施する必要があります。RCTでは、効果を証明したいケアを提供する介入群と、それ以外のケアを提供する対照群に、作為的でない方法で対象者を分けます。このことにより、証明したいケア以外の条件が両群で同じとなり、証明したいケア以外の影響をなくすことができ、客観的に効果を証明できるのです。

エビデンスを使う（Evidence-based care）

「エビデンス」とは、ケアを提供する際に利用できる客観的な情報（根拠）です。Evidence-based care とは、エビデンスを根拠とするケアを意味します。しかしエビデンスだけでなく、対象者や家族の意向や価値観、ケア環境や提供者の技術などを考慮したうえで、総合的な判断に基づいてケアを提供する必要があります（パーソンセンタードケア）。このため我われは、作業回想法という技法そのものではなく、脳活性化リハの5原則のエビデンスを示しました。この5原則は普遍的な法則で、個別ケアのなかでも活かすことができるからです。

対照群をもたない研究（図のA）、つまり介入前後の単純な比較で効果を示す論文を多く見かけますが、このタイプの研究で示された効果はエビデンスとはなりません。また、対照群があっても参加希望者を介入群、希望しなかった者を対照群とする研究（図のB）もエビデンスにはなりません。介入群と対照群を無作為に振り分けてようやくエビデンスとなります。このようなエビデンスの積み重ねにより、誰からも信頼されるケアが確立していきます。このことをご理解ください。