

## パーキンソン病患者に対する集団音楽療法

### ～コーラス活動の有用性について～

今村 優子<sup>1)</sup> 河野 小雪紀<sup>1)</sup> 美原 淑子<sup>1)</sup> 美原 盤<sup>2)</sup>

1) 公益財団法人脳血管研究所 附属美原記念病院 音楽療法科

2) 公益財団法人脳血管研究所 附属美原記念病院 院長

[目的]パーキンソン病は固縮、振戦、寡動などの運動症状に加え、抑うつ傾向などの精神症状を呈することは少なくない。そのため社会の中で孤立し QOL が低下してしまう可能性がある。パーキンソン病治療としては L-DOPA を主とした薬物療法と共に、リハビリテーション、音楽療法などの非薬物療法が実施されている。我々は、リズムを利用した個別音楽療法がパーキンソン病の歩行障害に有用であることを報告した。一方、集団音楽療法としてのコーラス活動は、歌うことで口腔機能の維持、腹式呼吸といった運動機能へのアプローチであるとともに、音楽自体の効果、あるいは他者と関わる機会を持つことなどにより精神症状の改善も期待される。そこで本研究では、パーキンソン病患者の運動機能、発声・呼吸機能、および精神症状に対するコーラス活動の有用性について検討した。なお、本研究は脳血管研究所倫理委員会で承認を受け、患者に同意を得て実施した。

[方法]対象は、当院外来通院中パーキンソン病患者で研究参加に同意を得られた 25 名中、評価を実施できた 16 名(年齢 73.3±9.8 歳)とした。コーラス活動は、当院講堂にて、3 名～8 名の集団セッションとした。内容は、音楽療法ボイスプログラム(MTVP)(羽石、2012)を参考に、身体のウォームアップ、呼吸・発声の訓練を行った後に、コーラスとして童謡や唱歌、歌謡曲を中心に 5 曲程度の歌唱を行った。参加者の目標として、当院主催の地域住民に向けた医療講演会での発表を設定した。コーラスは、1 回約 60 分、週 1 回とし 10 ヶ月間実施した。運動機能評価として、パーキンソン病機能評価(MDS-UPDRS PART II)、発声・呼吸機能評価として、声・発声の自覚的評価(V-RQOL)、呼吸機能評価(SNIP)、最長発声持続時間(MPT、7 名のみ評価実施)、声量(声量計による音量計測、A: 最大限の声の大きさ、B: 普段話す際の声の大きさ、C: リラックスしている際の声の大きさの 3 種類測定)、精神的評価として、アンヘドニアの評価(SHAPS-J)を行い、介入前後の各指標についてウィルコクソンの符号順位和検定を用いて比較検討した。また、発表会後に、「普段の生活や気持ちにどのような変化があったか」をア

ンケート調査した。

[結果]対象者の参加回数は  $20.2 \pm 10.6$  回であった。運動機能に関して、MDS-UPDRS に明らかな変化は認められなかった ( $p=0.59$ )。発声・呼吸機能に関して、V-RQOL、声量 A、声量 B、声量 C に変化はなかったが ( $p=0.28$ 、  $p=0.16$ 、  $p=0.67$ 、  $p=0.13$ )、SNIP、MPT には改善傾向が認められた ( $p=0.07$ 、  $p=0.06$ )。また、精神症状に関して SHAPS-J に変化は認められなかったが ( $p=1$ )、アンケート調査では「ふだんあまりしゃべらないので、ここへくると発声練習になっている」「同じパーキンソン病患者として仲間意識ができてよいと思う」など生活に対して積極性の向上を示すようなコメントが多かった。

[考察]パーキンソン病患者に対するコーラス活動は、運動機能、発声・呼吸機能の維持、向上に有用である可能性が示唆された。また、精神症状に関しても、うつ状態の改善、生活に対する積極性の向上にも効果があると思われた。