

認知機能と五感



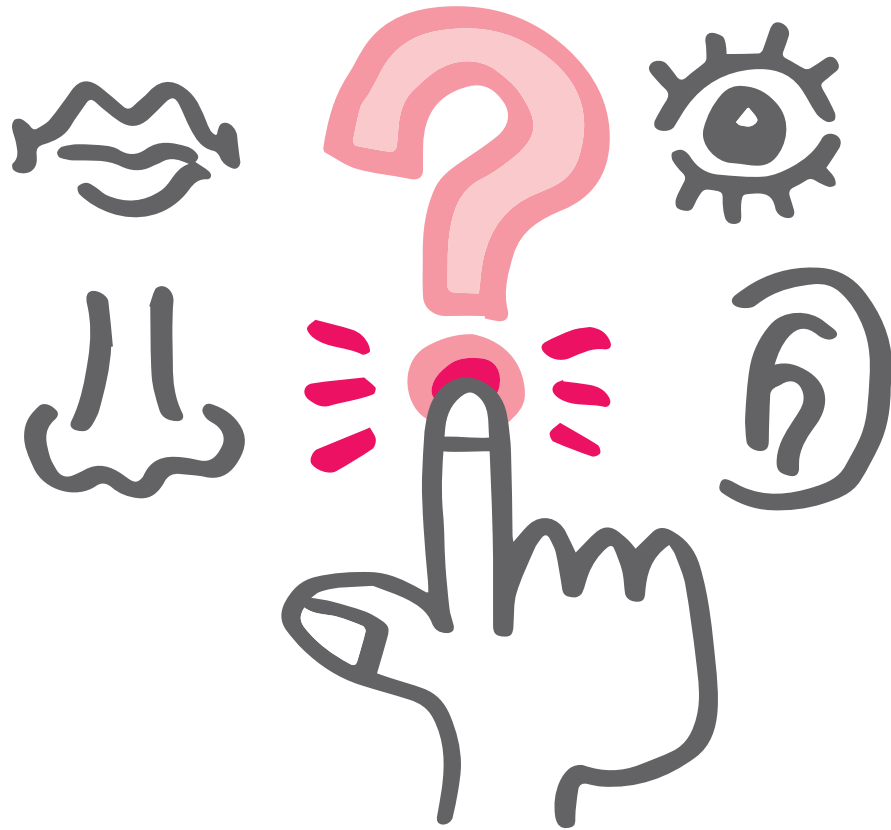
認知機能と五感の関係について教えてください。



味覚、嗅覚、視覚、聴覚は言うまでもなく、実は触覚も認知機能には関係しています。特に手の触覚は二足歩行と道具の使用によって発達したといわれてい

て、手をよく使う人は認知症になりにくいのと同様に、触覚の刺激の低下が認知機能の低下につながる、反対に触覚の刺激を通じて認知機能の改善につながることもあります。

日常生活では素手で触れたり、はだしも直



しょう。特に高齢の方はお孫さんとの触れ合いなどを増やすと良いかもしれません。何しろふれあいには愛が入っていますから。

接触覚を刺激するの
で良いとい
われていま
すが、何と
いっても、
人と人との
肌の触れ合
いが一番で
しょう。特に高齢の方
はお孫さんとの触れ合
いなどを増やすと良い
かもしれません。何し
ろふれあいには愛
が入っていますから。



朝倉病院
理事長／院長
田辺 裕久さん