

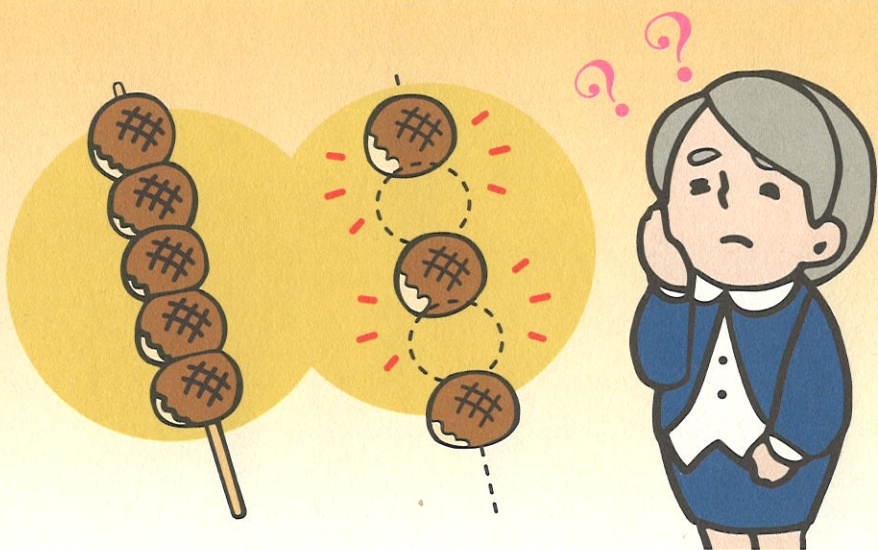
認知症の人の気持ちを知る

群馬大学大学院 保健学研究科 山口 晴保

これまで5回にわたって認知症予防法を書いてきましたが、今回からは認知症ケアがテーマです。皆様は認知症にどんなイメージをお持ちですか？

脳はとても不思議な装置で、働きが悪くなると健常者には不思議に思える行動が出てきます。例えば認知症の半分以上を占めるアルツハイマー型認知症では、出来事の記憶が悪くなり、10分前に自分がとった行動を覚えていないので、同じことを何度も言います。そして、いろいろのものをしまい忘れ、見つからないと「盗られた」と言い出すような言動が出てきます。

これらは健常な人には理解できない症状です。しかし、認知症になると、健常者にとっては「当たり前」にできることができなくなり、健常者にとっては「ありえないこと」が起こるのです。



上州名物といえば私の好物”焼き饅頭”です。私がよく行く店では饅頭が5個串刺しになっています(某有名店よりも一つ多いのでたまらない!)。さて、健常者の脳では出来事の記憶が順番に串刺し状態で並んで、記憶が繋がっています。ところが認知症になると所々の饅頭が消えてなくなり、残ったまんじゅうも串が抜けてバラバラ状態なのです。そこで、認知症の人は残った記憶を必死につなげて話を作ります。ですから、あることないこと、その場に合わせて上手に取り繕います。

でも、認知症の人は必死に生きています。残った認知機能を精一杯使って、ボコを出さない様に取り繕い、人間としての誇りを保とうとしているのです。

財布をしまい忘れて盗られたという行為は、健常者から見れば笑い話ですが、本人がなぜそのような訴えるのか、その背景に気づく必要があります。

認知症になると、記憶がつながらなくなり、生活に脈絡がなくなります。自分がなぜここに居るのか、今何をしようとしていたのか、これから何が起ころうとしているのか、状況がわからなくなってしまうのです。そんな不安の中で認知症の人は生活しています。そして、周囲からはいろいろな失敗を指摘され、不安がさらに高まります。

こんな状況の中で、いろいろなものが見つからなくなる。そのとき、自分がなくしたと考えるのは自分がさらに不幸になります。一方、他人が盗ったのなら自分は救われます。そこで、「盗まれた」と言うのです。人間は追い詰められると自分を守る様に行動します。認知症の人もこの防衛機制という働きで自分を守るのです。

根底にある不安感を取り除く対応が、根本的な解決法となります。本人の持つ不安や寂しさに共感し、慰める様な対応が必要なのです。しかし、介護者があるコツを知らないと、認知症の人を攻撃する様な逆の行動を取ってしまい、対立が深まる悪い結果となってしまいます。あり得ないことが起こっても、「まあいいか」と力を抜いて、ほほえみながら、認知症の人の気持ちを受け入れることが、ケアの基本です。

やまくち はるやす
山口 晴保

群馬大学大学院保健学研究科・教授

1976年に群馬大学医学部を卒業後、群馬大学大学院博士課程修了(医学博士)。専門はアルツハイマー病の神経病理学やリハビリテーション医学(日本リハビリテーション医学会専門医)。アルツハイマー病の病態解明を目指して、脳βアミロイド沈着機序をテーマに28年にわたって研究を続けてきた。また、認知症の進行を防ぐ脳活性化リハビリテーションにも取り組んでいる。これらの研究成果を集大成し、2005年に『認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント一快一徹! 脳活性化リハビリテーションで進行を防ごう』(協同医書出版社)を出版した。一方、群馬県地域リハビリテーション協議会委員長として群馬県の地域リハビリテーション連携システム作りを力づけ、2006年から「介護予防サポーター」の育成を進めてきた。また、ぐんま認知症アカデミーの代表幹事として、群馬県内の認知症ケア研究の向上に尽力している。日本認知症学会副理事長、日本老年精神医学会評議員、日本認知症ケア学会評議員、第27回日本認知症学会学術集会(2008.10、前橋)会長。