

実践！ グループホーム ケア

[第9回]

認知症介護研究・研修東京センター センター長
山口晴保

子どもの発達と認知症ケア

© DOC RABE Media - Fotolia.com

子どもの認知機能発達過程を理解することが、認知症のケアで大切な視点を獲得するのに役立つと痛感しています。そこで、今回は、赤ちゃんが生まれてから認知機能が発達していく過程を認知症ケアに絡めて解説しようという、ちょっと無謀な試みです。お楽しみに。

歩くのに1年、話すのに2年

胎児は、産道という直径10cmほどの穴を通過して頭から外に出て誕生します。この人間の宿命によって、出生時の脳の大きさが直径10cmに規定されるので、重さは約370g程度、大人のチンパンジー程度です。それが成人にまで成長すると1,300g(チンパンジーの4倍近く)になります。小さく生んで大きく育てるので、生まれた時は脳が未熟です。

牛の赤ちゃんは生まれて数時間で歩きます。野生では、歩けなければ肉食動物の餌食になってしまいますから。一方、人間は1年かけてようやく歩けるまでに発達します。人間の親は手を使って赤ちゃんを抱いて逃げるので、歩き始めが遅くても繁栄できたのでしょう。さらに、赤ちゃんはオギャーと泣きますから、肉食動物に居場所がばれてしまいます。人間は石器(武器)を使ったり火を使って肉食動物を寄せつけないようにできたから、赤ちゃんが泣いても大丈夫だったという考えもあります。

泣き声がケアを引き出す

赤ちゃんが泣いていると、お母さんは「どうしたの?」と声を掛け、「いい子、いい子」とあやします。そして、さらに「おっぱいですか?」と声を掛けます。

すると泣き声が変わります。こうして双方向コミュニケーションが始まります。お母さんは、赤ちゃんの泣き声の種類で要求を判別できるようになっていきます。

赤ちゃんは、「空腹になる→泣く→ケアを受ける(お乳をもらう)」という経験から報酬を得る過程を学習します。泣くことで、親のケアを引き出せます。そして、快の表情を示します。

泣いてもケアを受けられないことが続くと、赤ちゃんはいろいろな泣き方で母親とコミュニケーションを取ることをあきらめてしまいます。こうして育った子どもは将来、他者とのコミュニケーションが苦手になるようです。

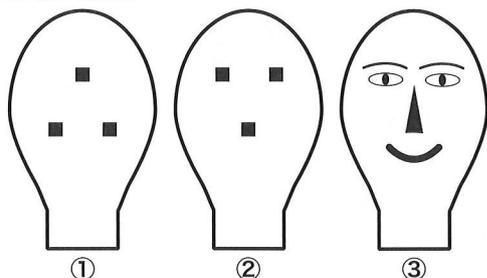
「おなかが空いた」と言葉で訴えられるようになるには2年以上かかりますが、生まれた時から「泣く」という手段で親のケアを引き出しているのです。

そして、親からたくさん話しかけられた言葉を真似て会話ができるようになるのが2歳です。

視覚の発達とケア

赤ちゃんは、生まれた時の視力は0.04程度、距離20cmの固定焦点ですが、授乳時にお母さんの顔に焦点が合うのです。そして、人間の顔に興味を示します。資料に3つのパターンを示しました。①■の配置が三角形、②■の配置が逆三角形、③顔になっています。この3つを新生児に見せると、①三角形よりも②逆三角形のほうをより長く注視します。また、③顔の絵よりも②単純なほうがより注視時間が長いことも分かりました。このように、視力が悪くても目と口の位置関係から顔を認識して興味を示す能力を新生児は持って

資料 新生児の顔認識



います。さらに、生後2日で、母親(11時間以上見た顔)と別な女性の顔を識別し、母親の顔のほうを好んで向くようになります。初めて出会いたくさん見ることインプリンティング(この人が親だという刷り込み)されるのです。ですから、認知症の人に出会ったら、たくさん見つめ合ってください。もちろん笑顔で語りながら。

成人の顔認知能力はすばらしいですね。膨大な数の人の顔を見分けることができるのですから。ところが、相手が馬だったらどうでしょうか。100頭の馬の顔を見分けられますか? どれも馬面で見分けがつかないでしょうね(長年馬を飼っている人は見分けがつかます)。人間は、顔の認識に特化した脳部位を持っています。

でも、この顔認知機能は、認知症になると影響を受けやすいですね。しばらく会わないでいると、息子の顔も分からなくなったり。でも、これをケアに使うと、初対面でも「お久しぶりです」と笑顔を示し、相手の警戒バリアーを簡単に突き破ってコミュニケーションに入れます。誰かという認知機能は落ちていますが、表情の認知、特に笑顔の認知は、認知症になっても保たれる傾向があります。私たちの実験でも、怒り顔に比べて笑顔の認知はずっと良好でした。赤ちゃんも、怒り顔よりも笑顔のほうを先に認知できるようになります。

カメレオン効果

脳には見たものを真似する仕組み、ミラーニューロンシステムがあります。赤ちゃんが言葉を覚えるのも、これを使って真似をするためです。

人間は相手に自分のしぐさを真似されると、その人に好感を持ちます。さらに、真似された人は、他人に対してやさしく親切になります。これをカメレオン効

果といいます。

誰かと会話する時、その効果を試してください。相手の顔き、髪に触れるしぐさ、瞬きなど些細なしぐさを真似てみます。それで、相手との親近感が増し、コミュニケーションが活発になります。チョット苦手な相手にも、笑顔で接しながら相手のしぐさの真似をすることで、共感が生まれます。ミラーニューロンシステムは情動的共感にも必要です。

バリデーションという介護法にミラーリングという技法があります。認知症の人の気持ちが分からなかったら、相手の動作を真似てみる。影のようについて回り、同じ動作をしてみる。そうすると、その時感じた気持ちから認知症の人の気持ちを推し量ることができ、同時に、不安で動き回っていた認知症の人の行動が落ち着く可能性があります。真似をされることで、自分の存在を感じ、不安が低減するのかもしれませんが。真似には、コミュニケーションのコツに迫る大きな効果があるようです。

☆

アルツハイマー型認知症の進行が、赤ちゃんの発達に逆行することは、昭和61年に示されました(ReisbergのFAST)。発達過程を学ぶことは認知症の理解に必須です。いみじくも私の同僚が言いました。「認知症ケアのことをもっと早く勉強していれば、もっと上手に育てられた。BPSDの予防と子育ては一緒ですね。子どもにきちんと向き合っていないとBPSD様の行動が発生しますから……」。実感のこもった言葉でした。

皆さんは、<愛情を持って向き合い共感し合う>認知症グループホームをすでにつくり上げていると思います。子育て中の方は、このコツを活かして、コミュニケーションの上手な「認知症ケアスタッフ予備軍」を育ててください。

*資料は、山口真美著『赤ちゃんは顔をよむ一視覚と心の発達学』(紀伊國屋書店、2003)をもとに編集部で作成しました。



やまくち・はるやす ●群馬大学医学部卒業。同大学院で神経病理学を学び、神経内科専門医・リハビリテーション専門医・認知症専門医となった。群馬大学大学院保健学研究科教授を退官し、2016年10月から認知症介護研究・研修東京センター長。主な著書に『認知症の正しい理解と包括的医療・ケアのポイント』、『認知症予防』、『紙とペンでできる認知症診療術』(いずれも協同医書出版)、など。日本認知症学会副理事長。ぐんま認知症アカデミー代表幹事。