

実践！ グループホーム ケア

[第7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

ユマニチュード®からの学び

© DOC RABE Media - Fotolia.com

筆者が半年前の平成28年10月に転職した認知症介護研究・研修東京センターは、認知症介護指導者を養成しています。その研修生にユマニチュード®を体験してほしいと思い、これを日本に導入した本田美和子医師にメールを送りました。友達付き合いのよしみで、当センターでの講演を依頼したところ、「その日は、ちょうどイブ(フランス人でユマニチュード®創始者のイブ・ジネスト先生)が来日しているので、二人で行きます」と、素晴らしい返信。たっぷり2時間、ジネスト先生の熱演を再び聴講する機会に恵まれました。そこで今回は、ユマニチュード®から、認知症ケアの神髄に迫ります。

ハグ&キスの精神で重度認知症に立ち向かう

ジネスト先生は、いつもの赤いサロペット(胸当て付きズボン)で壇上に立ち、身振り手振りで熱演し、その英語を本田先生が同時通訳に近い早さで訳してくれました。

冒頭ではフランス人の挨拶を紹介し、朝から夕方までに200人とハグ&キス(頬に)をすると言い、認知症介護指導者研修受講生の一人を壇上にあげてハグとキスのデモンストレーション。すると、今度は研修生がお返しのハグ&キスで盛り上がりました(日本人同士だと恥ずかしくてできないが、外国人相手では大胆になれる)。ハグ、日頃のケアで試してみてください。

ユマニチュード®が特に有効なのは、重度の認知症となり、声も発せず手足も動かさない「人間らしさを失った状態」の人を対象にした時。正面から笑顔で向き合い、ぐっと近づいて(20cmの恋人距離)、相手の目をじっと見つめながら、やさしい声掛けを続け(大

声は禁物)、優しくタッチし続けて、「あなたは私の大切な人です」というメッセージを送り続けます。すると、それまで「しゃべらず、動かず」状態だった人が、しゃべり始め、そして手足を自ら動かすといったように「人間らしさを取り戻すこと」を、ビデオで示しました。画像の説得力はすごいです。ユマニチュード®のパワーに、皆が驚きました。この「見つめる」、「話す」、「触れる」に「立つ」を加えた4本柱がユマニチュード®のコアです。

愛の哲学と技法

ユマニチュード®には「人間愛」という哲学があります。その哲学を解説するに当たり、ジネスト先生は「人間とは何か?」という問いを投げかけました。そして、ルーマニアのチャウシェスク政権時代の出来事を取り上げて、赤ちゃんの発達には「愛」が不可欠であることを示しました。

チャウシェスク大統領は、人口を増やそうと1966年に、4人産むまで中絶禁止という法律をつくりました。後で調べましたら、コンドームの販売も禁止したそうです。このため、たくさんの子どもが生まれましたが、生活苦から何万人もの子どもが親に捨てられ、ストリートチルドレンと化しました。その孤児たちを育てる環境は劣悪で、1人のスタッフが60人をケアする状況でしたので、子どもたちは愛情をほとんど注がれずに育ちました。その結果、子どもたちは、コミュニケーション能力の乏しい(あるいは欠く)自閉症に類似した症状を示したのです。他人の気持ちが分かたたり、言葉でコミュニケーションすることができず、絶えず身体を動かしたり、自傷したりと「見た目は人

間だけど、人間らしい行動ができない]人間になってしまったのです。このことから、人間として発育するには「愛」が必要だと示されたのです。

講演後に、司会の筆者が追加でコメントしました。今から800年前、ローマ皇帝フリードリヒ二世が、赤ちゃんの発達を研究しようと、とんでもない実験を行いました。生まれたての赤ちゃん50人を集めて、生育に必要なミルクを与えてオムツ交換をするが、「一切しゃべってはいけない、目を見てはいけない、スキンシップ禁止」と、ユマニチュード®とは正反対のケアを行いました。すると、1年を待たず、全員が死亡してしまいました。子どもは産むだけではダメ。生まれてからの「愛を注ぎ、人間として尊重する」ケアが人間らしさをもたらすのです。この「愛」の哲学こそがユマニチュード®の理念です。そして、認知症が進行すると、赤ちゃんの状態に近づいていきますので、愛が必須になります。

ユマニチュード®の人間愛は、ケアを受ける人を愛すること、そして、「あなたは私の大切な人です」というメッセージを常に与え続けることです。この理念を具現化するさまざまな技法を有するのがユマニチュード®です。その技法は気配りや心遣いにあふれている「おもてなしのこころ」、「認知症ケアの作法」です。これは恋愛術と一緒ですね。恋愛も、「あなたは私の大切な人です」という言語・非言語メッセージをさまざまな方法で伝え続けると、落ちます。たぶん。

「立つ」ことが人間らしさ

ユマニチュード®では、「立つ」ことが人間らしさの基本であると強調します。

今回の講演後、病院の看護師から、立たせると転倒リスクが増えるので、病院では立たないようにしてしまうという話題が出ました。この質問に、ジネスト先生は、立たせないことがさらなる筋力低下を招くという悪循環となり、その人は寝たきりとなって人間らしさを失ってしまう。「それでよいのか？」と返答しました。リハビリテーション専門医でもある筆者も同感です。身体は、使うことで機能が保たれます。そして、立つことは、目に見えない力「重力」に抗って姿勢を保つこと。これが脳を目覚めさせます。人間は四つ足で歩くことを止めたことで、手を自由に使えるように

なり、大きな脳が発達しました。

その代わり、二足歩行では転倒は必然です。人間は誰でも転ぶのです。安全(善行)と人間らしい生活(自己決定)という対立に対して、日本では安全重視というパターンリズムが強く、安全のために本人の意思を制限する、身体拘束も辞さない、そして認知症の人は自分で判断する能力の低下した無能な人として扱う傾向があります(日本の文化)。

一方、欧米では本人の意思決定を尊重し、自分の意思で歩いたのなら転倒しても事故ではなく、「自己責任」で施設の責任は問わないと考えます。皆さん自身は、自分が認知症になった時、どちらの文化でケアされたいですか? もし欧米の文化がよいなら、日本の文化を変えませんか?

☆

最近、30年前の認知症ケアの状況が分かる本を読みました。食事摂取が困難になったので、「一食分丸ごとミキサーにかけて食べさせた例」に対して「素晴らしい工夫です」という編集者のコメントが載っていました。今では、これは「最低の劣悪な食事」です。食材ごとにミキサーにかけて、固めて切って盛りつけるミキサー固形食(ソフト食でもある)なら食べる気になります。このようにケアは進化し続けています。ユマニチュード®は®がついていることが示すように、家元制度になっています。しかし、ユマニチュード®の哲学である、「『あなたは私の大切な人です』と愛を示し続けること」を日頃のケアに取り入れることはできます。

興味のある方は、ユマニチュード®の本も出ていますが、本では技術が伝わらないので、「ユマニチュード:優しさを伝えるケア技術」(デジタルセンセーション社)というDVDを施設で購入してスタッフ全員で見るとよいと思います。

もの忘れ外来で、「同じことを何度も聞かれるので困る」という夫の目の前で、よい方法を教えますと、筆者は奥さまをハグしました。さあ、あなたは明日、何人の認知症の人とハグできるかな?



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。