

笑って予防! 楽しくケア!

認知症って何だろう?

笑顔でつき合う認知症



群馬大学大学院保健学研究科 教授 山口 晴保氏

アルツハイマー病の病態解明を目指し30年にわたり研究。認知症の進行を防ぐ脳活性化リハビリテーションに積極的に取り組む。専門はアルツハイマー病の神経病理学や実践医療。日本認知症学会副理事長・専門医、日本認知症ケア学会評議員、日本リハビリテーション医学会専門医。医学博士。

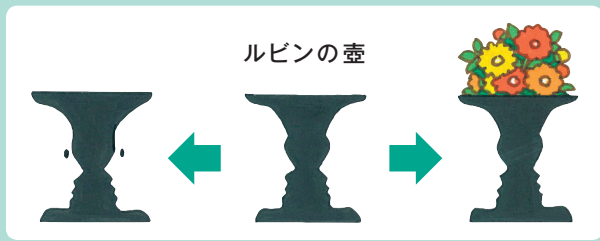
脳活性化リハ編

裏が好き? 表裏一体 ケアのコツ

いきなり怪しげなタイトルですが、今回は認知症の表裏二面性をテーマにしました。

イラストをご覧ください。白に注目すると顔、黒に注目すると花瓶と、異なった解釈が生まれます。これぞ脳のなせる技、「認知」なのです。世の中の出来事は、全て見方を変えたと別な面が見えるというのが、二面性。**ポジティブ(前向き)に捉えるか、ネガティブ(後ろ向き)に捉えるかで、違うものが見えるのです。**

二面性: 白に注目すると顔、黒に注目すると花瓶



例えば90歳のAさんが認知症になりました。Aさんは認知症になったので不幸、という見方ができる一方で、Aさんは90歳まで長生きできて幸せ、という見方ができます。戦争で死んだ人、がんて死んだ人は認知症になれません。幸運にも長生きできた人の特権が、認知症になれることです。

認知症の人がうろつき回ると、介護者側の視点では「徘徊^{はいかい}」といいます。しかし本人は、捜し物をして動き回っているだけかもしれません。Aさんは介護施設のショートステイ(泊まりケア)を利用しました。夜中に起きると、いつもと違うところになります。ここはどこだろうと確認しようと思って廊下に出ると、介護スタッフのBさんが駆けつけ「徘徊して困った人ね」と言いました。そして、家族に、「夜間に徘徊して手のかかる人は、もう引き受けられません」と伝えました。**本人の視点では探検、介護者の視点では徘徊。このように、1つの行為が2つの面で捉えられています。**

さて、皆さんは、こんな施設で介護を受けたいですか? 答え

は「No」ですね。廊下を歩いていたら、「何かお探しですか?」と声をかけてくれるような施設を利用したいですね。いつもと違う環境で泊まれば、夜中に不安になって当然。そういう人をケアしてこそ専門職です。Aさんが大声を出したら暴言、手を上げたら暴力というBさん。Aさんがなぜ大声を出したのか、なぜ手を上げたのかを考えません。きっと、BさんがAさんの嫌がることを無理にしたから、Aさんは大声を出したり、手を上げたりしたのでしょう。

幸せの「待つケア」

日本人は「親切」で、ケアしてあげることがよいことだと思いが込み、本人の意向を尊重しないことが多々あります。例えば、何カ月も髪を洗っていなければ汚いからと、押さえつけてでも髪を洗おうとします。当然、本人は抵抗します。デンマークの作業療法士から「何年も髪を洗っていない利用者と、半年間かけて信頼関係を築き、ようやく洗わせてもらうことができ、とても嬉しい」とメールをもらいました。これが「待つケア」、「してあげるケア」との二面性ですね。

認知症のAさんが玄関の隅で小便をしたら、たいていの家族は、「困った人ね」「ちゃんとしてよ」などと叱ってしまいます。でもAさんは、「部屋の中でしてはまずい」と考えることができ、トイレの場所がわからなかったのも、迷惑をかけまいと、やむなく玄関の隅で用を足したのです。そう考えれば、「居間で用を足さなくてありがとう」と褒められます。ポジティブに捉えるか、ネガティブに捉えるかで、介護者の心のストレスが全く変わりますね。

「幸福を追い求める人は不幸」。幸福は追い求めるものではなく、身の回りに転がっているものです。それに気づく人は幸福になれる。認知症だから不幸、認知症の介護者だから不幸と決めつける必要はありません。二面性に気づく生き方が大切です。

裏を読み 「幸」に気づくが ケア上手