

震災 進む認知症に注意

朝日新聞 (西日本) 2011年6月16日 掲載

- 被災した認知症の人と家族の支援マニュアル(抜粋)
- 1人にしない
 - 安心して眠り、排泄(はいせつ)できる環境を
 - 大声を出した時は「どうしたの」と優しく声をかける
 - 片づけ作業など日課をつくる
 - 肩たたきやマッサージをしあう

日本認知症学会のHP
(http://dementia.umin.jp/)から



The Asahi Shimbun

群馬大・山口教授に聞く

穏やかな環境・本人にも役割を

日本認知症学会は、被災した認知症の人と家族に向けた「支援マニュアル」を公表した。環境の変化に適応するのが難しい認知症の人には、穏やかな環境を整え、本人にも役割を

「誰が迎えに来てくれるんだ？」同居する義理の父(82)の突然の言葉に、女性(82)は驚いた。仙台市内の自宅に居るのに、どこか別の場所にいると思っているようだったからだ。

震災前は義父、義母、夫と4人で暮らしていた。義父は3年ほど前にかかりつけ医から「認知症気味です」と言われ週1回、デイサービスに通い始めた。それでも畑仕事が好きで、自宅裏の畑で雑草を抜き、野菜の手入れをするのが日課だった。

そんな日常は震災で一変した。3日ほど停電が続き、水道の復旧に1週間以上、ガスは1カ月もかかった。長女の家4人も避難してきた。食べ物も足りず、みんなでスーパーに並んで食料を調達した。トイレの水は近くの川でくんだ。

雑務や負担がぐっと増し、慌ただしい毎日。義父は畑に行きたがったが、余震の被害に遭うことを心配して家族が止めた。

やがて、義父の様子に変化が起き始めた。トイレの場所がわからず、シャワーの温度調節がうまくできない。犬は飼っていないのに、「犬が入ってきた。早く追い出せ」と騒ぐ。それも、次の日には忘れていた。

義父が通っていたデイサービスの職員も、「震災後に一気に症状が悪化した」と話している。

「表情が険しくなった。環境の変化に対応できず、状況を把握できていないことが不安だったからでしょう」家族で相談して5月下旬、上での決断だった。

「認知症の人にとって、震災は過酷な状況だ。安眠できず、昼夜が逆転すれば、急激に悪化する恐れがある。高齢であれば脳機能がそもそも脆弱になっており、震災によるショックや不安、便秘などのストレスが加わることで、隠れていた認知症が現れることもある」

「周囲ができることは多い。まず認知症の人に対し、優しくゆっくりと話しかけてほしい。周りの人が穏やかだと認知症の人にも落ち着く。特に家族がゆとりをなくすと、それが悪影響を及ぼしかねない」

「避難生活で認知症の人は何でもしてもらいがちだが、それでは残っている能力を失い、生きる意欲も失ってしまうかねない。掃除など何らかの役割を担ってもらうには、自分には居場所があると感じてもらえる。『ありがとう』『あなたがいて助かる』と周りが声をかけよう」

「今後の心配は、避難所から仮設住宅に移ったり自宅に戻ったりして、他人の目が少なくなることだ。たとえば集会所に皆で集まってお茶を飲むのでもいい。認知症の人と家族を孤立させないでほしい」



介護を受けるお年寄り。介護が必要な高齢者らを集めた福祉避難所には認知症の人もいた＝3月、宮城県石巻市、高橋健次郎撮影

不安・生活変化負担に

震災後、認知症の症状が悪化した高齢者がいる。認知症の人は環境の変化に適応するのが難しいと言われ、地震のショックや不安、生活の変化が、高齢者には大きな負担となっている。

家族の健康管理も重要

認知症の人は、環境の変化や心身の状態の影響を受けやすい。震災で住み慣れた場所を離れたり、不安な気持ちが続いたりすることで症状が悪化する引き起こしかねない。全国に支部を持つ「認知症の人と家族の」にも震災後、「ストレスを抱え、今までにない症状が出た」といった報告が寄せられている。

「周囲で支える家族の健康管理も重要だ。家族までがストレスを抱え、体調を崩せば、介護にも影響が出る恐れがある。同会宮城県支部の関東澄子代表は「最初は必死に頑張ってきた家族が最近、疲弊している。それを受けて認知症の人にもイライラする、落ち着かないといった状態になり、悪循環に陥っているようだ」と心配している。

(沼田千賀子、十河朋子)