

出前交流塾

693-0051

島根県出雲市小山町361-2

エスポアル出雲クリニック

TEL (0853) 21-9779

HPはこちら



第243号

第242回 R7.4.17(木) in 伊波野コミュニティセンター

はじめに...

第1回 テーマ「寸劇～認知症を病むとは～」

認知症を理解しようとするときに、無視できないのは認知症に対する誤解や偏見によるマイナスイメージ。昔は「長生きすれば呆けるもの」と認知症を受け入れる文化があり、穏やかに呆けることが出来ていたが、皆が長生きをする現代は、85歳を過ぎれば5割、90歳を過ぎれば7割の人が認知症になり、老化現象と区別が出来ない状況になっている。「認知症は何も分からなくなってしまう悲劇的な病」であり、BPSD（暴言・暴力・徘徊・妄想等）のような困った症状があると思われる「なりたくない病」「なってほしくない病」になっている。そうした認知症にまつわるマイナスイメージのために、認知症の人や家族はとてもつらく不安な日々を送っているが、認知症を受け入れられない現代では、BPSDが生じやすく発生率は80～90%に認められる。なぜBPSDは起きてしまうのだろうか。今回は認知症の家族がいる家庭のよくある風景を寸劇にし、認知症を病むとはどういうことか、認知症の人の想いとその関わりなどについて考える。

寸劇～小山家の団らん～

小山家はおばあちゃん、お父さん、お母さん、孫2人の仲の良い5人家族。しかし、最近おばあちゃんの様子が変だと気づいている。場面は夕食、最近の話題で盛り上がりつつある家族の会話に誰もおばあちゃんを誘わない。孫は部活で帰りが遅く、それを心配して何度も（聞いたことを忘れて）尋ねる。最初の内は、優しく返事をするお母さんだが、それが続く次第に「何度も言ってますがね」ときつい口調になる。お父さんは、おばあちゃんの食べこぼしを「しっかりしてよ」と叱る。おばあちゃんは「みんなして私を馬鹿にする」と怒り出す。食事の後の水洗いも「二度手間だから」と役割を取り上げられ居場所がなくなる。すると、おばあちゃんは荷造りをして「帰らせてもらいます」と主張。家族が止めるが「ここは私の家ではない」（息子が目の前に居るのに）家で息子が待っている」と言う。とうとう自分の家や自分の家族まで分からなくなったと困り果てて、病院へ相談に行く。

おばあちゃんはどうなってしまったのでしょうか？

先生のお話

認知症は、今までできたことができなくなっていく（中核症状）脳の病気で年をとれば誰もがなる可能性がある。認知症になると周りの人は「分からなくなった」と思い、会話に誘わなくなる。しかし、おばあちゃんは分かっていて。耳を大きくして話を聞き、何か自分の意見を言おうと思ってもタイミングよく言葉が出てこず、会話についていけないだけである。

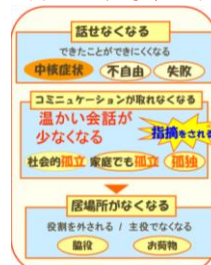
そういう経過が続くと、家族の中に居てもおばあちゃんからすると温かい会話が「激減し孤独を感じるようになり、「大切にされていない」という思いが募り、寄る辺なくなる。おばあちゃんはまだまだ色々なことが出来、家族の役に立ちたいと思っているが、水洗い等の役割を奪われ居場所を失ってしまふ。家族はおばあちゃんに認知症になってほしくないため、「しっかりしてよ」という思いを込めて、おばあちゃんの失敗を「さっきも同じことを言っただよ」「ボロボロご飯がこぼれるよ」と注意や指摘をしてしまう。おばあちゃんは自分の失敗を分かっていて情けない気持ちでいるが、周囲からの注意や指摘を受けることで「叱られている」と思うようになり、辛さが募る。そういったストレス状況を日常的に抱え込んでしまうと、おばあちゃんは次第に頭も心も混乱してしまう。

認知症になると本人よりも周りの家族が苛立ちを感じやすく、眉間にしわを寄せた顔、つまり怖い顔で接するようになる。おばあちゃんは、我が家に居ながら「家に帰る」「家には息子が待っている」と言った。おばあちゃんは家族みんなから馬鹿にされたと感じ、怖い顔で指摘され（叱られ）続けることで頭も心も混乱し、我が家が安心して暮らせる、いやしのある場所ではなくなったということ。その混乱の中でおばあちゃんは優しい家族に囲まれた『家』に帰りたい。『家』には優しい息子が待っている」と考えるようになった。

小山家は「からくり」にはまった！

認知症の経過にみられる心理社会的特徴一“からくり”について

認知症の経過（心理社会構造）“からくり”



- 認知症になるということは、周囲からの温かい声かけなど関与が激減し、不安で孤独な世界に追いつかれ「よるべない」存在となりやすい。
- 役割を奪われ居場所を失いやすい。
- 周囲の人に中核症状を受け入れてもらえず、日常的に“叱られ続ける”ストレスを抱えるという構造
→ 混乱し、言動がおかしい（BPSD発現）
- BPSD（認知症の心理・行動症状）のため、「指摘（叱責）」が強まり、BPSDをさらに悪化させ、結果的に家人を苦しめるといふ悪循環に陥る。虐待につながることも。家人も疲れ果てうつ状態になりやすい。稀に無理心中や「介護殺人」がおこることもある。

認知症になっても安心して暮らすためには、家族みんながつながり、おばあちゃんにとって再び安心でき、癒しのある場所にする必要がある！そのためには...

★感謝の言葉を伝えましょう

「今のわが家があるのはおばあちゃんが居てくれるから」「ありがとう」等の感謝の言葉を伝える。

★不安でさみしい気持ちを知って、話しかけるようしましょう

昔話や苦勞話、得意な事を知り、家族から話しかける。たとえ会話にならなくても話しかける事でおばあちゃんは「私の事を大事にしてくれている」と感じ、安心する。

★間違ったり上手くできなかったをできるだけ指摘しないようにしましょう

できなくても忘れても「長生きすればあたりまえ」と受け止め、「一緒にしよう」「代わりに覚えておくよ」と伝える。

皆で認知症を受け入れ、出来た事に感謝し、さりげない会話・話しかけが大切

フロアより

感想

父も認知症で「それは違う」「そうじゃないでしょ」というとすごく怒った。言い方一つで態度が違った。父の言動を否定すると本人は情けないと感じていたので、普段の対応を気をつけたいといけないと思った。家庭で話をすることで、「おじいさんどう思う？」と話かけると、しばらくしてから返答があり、家族の中での声かけは大切だと実感した。

感想

両親は他界しているが、認知症ではなかったで、他の人の話を聞いて、大変だと思っていた。しかし、自分たちの行く道だと思い、参加し、参考になった。年をとったら、可愛いじいさん、ばあさんになりたいと夫婦で話をしている。

感想

祖母は認知症ではなかったが、妄想があり、「兵隊さんに襲われる！」などということがあった。他の事はしっかりしていたので、「何でそんなことを言うのか？」と家族が言うと、徐々に悪化していった。「責めない」ということは認知症に限らず大切な事だと感じた。

質問

認知症の症状は「今まで出来ていたことが出来ない」とあり、私自身若い頃に出来ていた事がなかなか出来なくなってきたが、これは認知症の始まりなのか？

高橋

もの忘れは中年以降になると出てくるものであり、それを老いと受けとめるか、呆けと受けとめるかは個人の差があるが、年齢をとれば誰もが若い頃のように量的にも質的にも出来なくなるものである。

次回交流塾は R7.6.19(木) 19:00～20:30

【場所】伊波野コミュニティセンター

【テーマ】認知症の予防とまとめ