



認知症と診断されたら

グループホーム花みずき 喜多 桂子

「認知症の軽度期のケアが以後の認知症状に影響を与える」今回はこの事をお伝えしたいと思います。テレビ、新聞等で『認知症』を取り上げた特集は多いのですが、認知症の方がどういう症状をたどり、どういう最期を迎えるかを知らない方が意外に多いようです。

認知症を発症するとまず、記憶障害が現れます。最近の事を忘れるのに昔の事は良く覚えている。その内に1ヶ月前、1週間前、半日前、今言った事も忘れるようになります。その頃には家族の名前も曖昧になり、顔も解らなくなります。当然、季節、日にち、時間、場所は解っておらず、自分が今どこに居るのかも理解出来ません。トイレにも行けなくなり、失禁・失便などの排泄障害が起こります。トイレが解らない事による居室やゴミ箱での放尿・放便、失敗した汚物を片付けようとして、上手く出来ず、トイレ内や服を汚してしまったり、便器で手を洗うという行動も出てきます。又、物事を判断する事が出来ず、ちぐはぐな言動、行動も顕著になってきます。服は毎日同じものを着、着方が解らず袖に足を通したり、裏、表が逆だったり、パンツ、ズボンなどを5枚も6枚もはいたり、という症状が現れます。そして、意思疎通が出来なくなり、こちらの言っている事が解らなかったり、本人がどうしたらいいのか、どうしてほしいのか表現できず、本人の思いが何なのかを想像しながらのケアをする事になります。本人の意に反する介護を続けると、徘徊、妄想、抑うつ、暴言、暴力、介護拒否等が現れます。

それらの症状は、殆どの方はスタッフとの信頼関係に基づいたケアによって軽減できます。が、中にはそういった症状が避けられない方もいます。様々な認知症の精神症状をたどりながら、身体的にも変化が見られるようになります。四肢の筋力が徐々に低下し、自力歩行もおぼつかず、車椅子の生活となります。そして座る事ができずベッドの生活に移行し、寝たきりとなります。食事に関しては自力で食べている状態からお箸やスプーンが使えなくなり、どう食べたらいいいのか解らなくなります。

その内、食べ物という認識がなくなり、口を開けなくなります。口を開けて食べ物を口の中に入れても噛むことができず、飲み込むことも出来なくなります。水分が摂れず口の中に入れるとすぐ溶けるアイス、プリンだけの日々を過ごした後、最期を迎える事となります。

勿論、誰もがこういった経緯をたどるわけではなく、それまでに内科的な医

療が必要となり、治療を行う為に入院される方もおられます。

グループホームは認知症の方の切り札として期待されている施設です。入居者さんは穏やかな日々を過ごされており、幸せそうにも見えます。これも認知症介護を専門的に実践しているスタッフの頑張りの結果だと確信しています。

団塊の世代が高齢となり、今後認知症を発症する方が多くなると思われます。大勢の方が自宅で介護という事になると思いますが、その時には本人や介護者が少しでも穏やかに過ごせるように、正しいケアを実践して頂けたらと思います。

正しいケアとは？

- ① 優しく丁寧に話す。
- ② その方のペースに合わせる(焦らさない、急がせない)。
- ③ 怒らない(何度も同じ事を言ってきたり、初めて聞いたように答える。ちぐはぐな行動があっても大きな心で見守る)。
- ④ 言動を否定しない(作話、間違った見解であっても受けとめる)。
- ⑤ 行動を止めない(危険であったり、他者に迷惑をかけない限りは自由に行動してもらう)。
- ⑥ 説得するより納得してもらう(本人が納得しなければ混乱するだけです)。

これらは認知症の方の基本ケアの一部です。当たり前の事のように、実践すると意外に難しいものです。認知症の方は様々な出来事は忘れますが、感情の部分では敏感になっています。「この人は何かしらいい人、この人と居たら安心する」「この人は何か嫌な人、この人と居たら落ち着かない」というように、介護者の接し方によって好き嫌いが顕著に現れます。介護者はぜひ、前者であってほしいと思います。これらのケアを行っていても、いつかは周辺症状が現れます。その際にも接し方は基本的に上記と同じですが、『なぜ、このような事が起きてきたのだろう』と考え、原因を探り改善する事が大事です。残念ながら認知症は進行性の病気です。その方がより安心して安全な生活を継続して頂くには、その方の心に添ったケアが必要です。

最後に、介護者はあまり一生懸命になりすぎず、ゆっったりと余裕を持って接して下さい。疲労困憊する事のないよう、自分自身を労り、デイサービスやヘルパーなどのサービスを利用したり、『家族の会』などにも参加したり、何でも話せる仲間や友人を作っておく事が大事だと思います。

