なるほど介護

「本人の思い」読み解こう

専門職らと学ぶ 認知症の人の気持ち

認知症のある人は何を思って行動しているのか、どう対応すればいいのか―。そんな疑問を抱き、九月下旬に東京都内で開かれた研修会「認知症の〝人の気持ち〟」へ行った。講師は株式会社「きらめき介護塾」（滋賀県）代表の渡辺哲弘さん(四四)。「病気の影響」と「本人の思い」の両面から読み解く方法を、介護の専門職らと学んだ。

渡辺さんは、まず「後出しじゃんけんで勝ってください」と、手のスライドを次々に映し出した。全員が難なく勝つと「次は負けてください」。簡単だと思ったが、四回目から正しくできなくなり、会場も混乱。渡辺さんは「じゃんけんは勝ちを目指すもの。慣れていないことをやらされて、焦りましたか？　不安じゃなかったですか？」と笑って問い掛けた。

渡辺さんによると、私たちは認知症の人たちに「間違いを優しく指摘」することで、焦りや不安を抱かせがち。だが、これらはストレスとなって認知症の進行に影響するほか、以前は「問題行動」と呼ばれていた暴言や不潔行為などの「行動・心理症状」を引き起こすため、禁物という。

認知症の疾患の特徴と人の気持ちについて話す渡辺哲弘さん＝東京都文京区で

認知症の中核をなすのは記憶障害。人は記憶を頼りに生活しているが、認知症の人は、物そのものや、その使い方などを忘れているため、ちぐはぐな行動を取りやすい。渡辺さんは「特に初期や中期の認知症の人は、分かることと分からないことが混在する中で、その人なりの『適応行動』を取ろうとするから問題が起きる」と説明する。

例えば、赤いチューリップのつぼみを全部切り取ってしまったおばあさん。渡辺さんは「赤くて丸い物は『トマトかも』という記憶はある。だから収穫したのでは…というふうに説明はできる」と話す。

ただ、それでは「認知症は困ったものね」と家族らに思わせてしまう。「これだけでは病気の説明。人としての説明もするのが、介護の専門職の仕事」。おいしいトマトを食べさせたかったのかもしれない、忙しいお嫁さんを手伝いたかったのかも―。そこまで推し量ることで「家族の絆が切れるのを防がなければならない」と強調する。

夜中、部屋のごみ箱におしっこをしたおじいさんは「家族を起こしたくない」「ちょうどトイレがある」と思ったのかもしれない。この場合は、こちらが環境を変えればいい。トイレと思われないようにごみ箱の形や色を変え、解決したケースもあったという。

「会社に入ったばかりの新人のころを思い出して」と、参加者に呼び掛ける渡辺さん。確かに自分にも、先輩社員に迷惑をかけたくない、できることは自分でしたい…と、よく分からないまま頑張った揚げ句、失敗したことが多々あった。「認知症の人も同じ。私たちと違う疾患はあるが、同じ人間なんです」

◇

研修会は、居宅介護支援の事業所を運営する株式会社「ケアワーク弥生」（東京）が開いた。企画した飯塚裕久さん(四〇)は「渡辺さんの話の良さは、素人にも分かりやすい点」と話す。専門職にはケアの提供だけではなく、家族の「分からない」という不安を減らし、介護の力をつけるための手助けが求められる。そのためにも「介護家族と本人を心理的に隔離させない説明が必要」と説く。

渡辺さんも「介護の専門職は、こうした話を地域でしてほしい」と話す。介護サービスが必要になる前に町内会の研修などで認知症の特性を知っていれば、早めの相談や症状の改善につなげられるし、何より人として向き合える。ぜひ広がってほしいと思った。

（竹上順子）