

富士山麓病院介護医療院新聞 第161号

富士山麓クリニック



《症例検討・108》

生活史型認知症の回避

院長 清水允熙

今回は、六十五歳男性Kさんの例です。Kさんの症状についてご自分は以下のように話しています。

「私は最近、自分の物忘れが気になってしまいました。置かないで、ちよつと違う場所へ置いたりすると、もう分からなくなってしまう。知っているはずの人の名前を思い出せなくて、話をしていううちに思い出すようなこともあります。これは認知症の始まりでしょうか。母は七十八歳で亡くなったのですが、今思うと認知症だったような気がします。認知症は遺伝するのでしょうか。」

更に、Kさんは「漢字を忘れることが多くなった」「短気になりイライラすることが多くなった」「からだについての心配ごとが多くなった。ひよつとすると悪い病気ではないかと考えるようになった」などの症状をつけ加えました。

【生活歴】

Kさんは自営業(家具販売店)の社長です。息子夫婦が、数年前から店をとりしきっています。引退したKさんは息子夫婦が外へ出かけて、留守のときだけ必要に応じて店の仕事をしています。悠々自適に近い毎日を送っています。趣味は盆栽とのことです。

【経過】

Kさんは狭義のアルツハイマー病ではなかったようです。数年後には非常に元気になりました。

認知症など、どこ吹く風です。それは当然のことです。今後二十年くらいは頑張れるでしょう。

実はKさんの息子夫婦が協力してくれていたのです。協力の主な内容は次の三点です。

① Kさんの給与はほんのお小遣い程度であったのを変更し、Kさんと息子さんは給料を同額としました。Kさんの能力を高く評価しました。

② 仕事内容は店の留守番くらい

であったのを変更しました。

Kさんに積極的に仕事に参加・分担してもらいました。Kさんに能力発揮のチャンスを提供しました。

③ 店の経営は楽ではないので常勤の従業員は置けません。しかし、思い切つて、パートの店員を採用しました。その結果、Kさんが「社長、社長」と呼ばれるチャンスが増えました。店員に質問されたり、指示することも増えました。人との参加・協力のチャンスが増えました。

「人手が増えたので、商品のアフターサービスに努力できました。その結果、営業実績は向上しました」と息子さんはニコニコして話してくれました。

【メモ】

この症例は次のように考えればよいでしょう。私たちは年齢を重ねると、ある時期からは身体が縮小し始めます。運動能力が低下します。

Kさんは行動や行動範囲が縮小の傾向を見せ始めました。この行動の縮小が脳の働く場を失わせ、脳の働きを低下させる結果ともなっているのです。これらは相互に悪循環となつていきます。

それで、「これではいけない」と働きが低下した脳と身体の細胞がKさんの行動の縮小化に反抗し、興奮しているのです。この反抗と興奮を表現しているのが、前述の「短気になりイライラすることが多くなった」「からだについて、ひよつとすると悪い病気ではないかと考えるようになった」などの症状なのです。ところで、「ある種の認知症(生活史型認知症)」という考え方は、これらの症状のレベルではまだ「認知症」ではありません。

これらの症状は、歌っていないければ良い声は出ない、野球や卓球など練習をしていなければ上手にプレイできないのと同様のことで、もう一度訓練すれば、ある程度、能力を取り戻せるのと同じ状態なのです。

Kさんの場合に話を戻しましょう。彼はかつて相談、納得のうえで、いやむしろ喜んで息子さんに仕事をまかせたのです。そして、ホッとしたり日々を過ごすようになったと思われれます。息子は町内でも働き者だそうです、孫も生まれ、Kさんの妻は大喜びで孫の相手をしているとのことです。すべてが順調に

集まって総意の状態で合意・決定したこの「引退」という選択・考え方に、脳細胞が個々のレベルでは不満を持っていたのです。彼は本当はもっと働きたいのです。家族のために役立ちたいのです。その能力を持つていることを確認し、他の人に認識させたいのです。生きていく意味をはっきりともち続けたいのです。つまり、引退とそれに伴う生活のあり方にKさんの生命の中では賛否両論が最初からあったのです。

「建前と本音」とでもいうのか、脳で決定する常識的・習慣的なことと脳が生命力維持のため望

むこととの間に食い違いはよくあることです。身体のあちらこちらにアンバランスな成長力をもつ子供たちと、アンバランスな衰えをもつ老人にはよくあることなのです。

さて、この個々のレベルで脳細胞が要求することを、今後Kさんの家族や周囲の人たちが理解できれば、そして望ましい生活をKさんに提供できれば、最大限に「ある種の認知症（生活史型認知症）」を回避する人生を送ることができるとでしょう。

現在、Kさんは認知症ではありません。認知症のスタート地点に立っているのでもありません。しかし、いろいろな問題で今後解決がこじれ、彼が将来認知症状態に陥るとすれば、現在が「ある種の認知症」のスタート地点となる可能性はあるのです。

また、息子さんはKさんに「ある種の認知症」を回避できるような生活を提供することができないとすれば、Kさんはそのように息子を育てたのであり、Kさんが認知症に陥るのは自業自

得のようなことになるでしょう。

また、息子も自分の親を認知症にさせるような考え方でしか自分の子供を育てることができません。それでは代々「ある種の認知症」を断ち切ることができないこととなります。そのような因果関係が認知症をあたかも遺伝のように見せるのかもしれない。

もつとも、家族の配慮にもかかわらず、本人の考え方がもともどダメであれば、それはそれで認知症に陥ってしまったとしてもかたががありません。それは、本人の責任であり、長い人生での考え方の結果です。

【メモ2】

いろいろな出来事から引退すること、いろいろと経験・知識を働かせることから引退することとは、私たちの思考力を弱めてしまいます。それはまた、私たちが認知症に陥ることを早めてしまうことなのです。「行動を繰り返すこと」は、私たちが知的でいられることの始まりです。いや、それ以上に生命を維持す

るための根源的な必要条件です。

Kさんの場合は、彼自身の能力が高く評価され、その能力を発揮する場と、家族と社会のなかで参加・協力する日々を提供されたことがよい結果に結びついたものでしょう。これらはKさんの存在価値が認められ、生命力が再強化されたことにほかならないからです。つまり、近づきつつあった「認知症」が遠くへ追いやられたことになったのです。ところで、私たちは人生のある程度の高年齢に達すると、気になることがひとつ増えます。Kさんの場合と同じ「将来認知症になるのではないか」という心配です。そして、さらに年齢が進むにつれて、この心配事はその大きさを増大させます。「認知症になるくらいならがんになってもなつて早く死んだほうがいい」というほど、深刻に考えている人もいます。

したがって「どのようにしたら認知症は避けられますか」との質問には、次のように答えることが適切な解答のひとつになり得るでしょう。

認知症に陥ることを心配したり怖れて生活することが、その人の認知症化を早めてしまいます。「心配したり怖れて生活すること」が、老年期においては脳機能の低下を促すからです。したがって、認知症を怖れたり、心配したりしないようにしなければなりません。

季節の小窓

白といふ無限の色の若き夏
高橋孝信

川のやうにおのれ育てよ夏百日
桜井博道

田を植ゑて風の世界が
金子青水

見えはじめ
見えはじめ

鈴の音や馬口にたつぷり青田風
三上佑子

新緑や線路の終る始発駅
須川洋子

優しい人

殿内 三奈子

私が富士山麓病院介護医療院に勤めて、九年が経ちました。この九年間にたくさんの方を学ばせて頂きました。

私が何故、介護の道を選んだかという、母のことがありますが。私が小さい時に両親が離婚し、姉と私を母が女手ひとつで育ててくれました。そんな母がある日突然、脳出血で倒れ、意識が戻ることなく、そのまま四十九歳の若さで亡くなってしまいました。私はまだ十八歳になったばかりで、母の死を受け入れられず、急に大切な人がこの世から居なくなる淋しさと喪失感で、しばらく何も出来ませんでした。

母が亡くなって三十年近く経つ今でも、母に会いたいと思います。親孝行が何も出来なかった私が年を重ね、考えたのが福祉への道でした。それまでずっと建築関係の仕事だったので、まずは勉強しようとヘルパー二

級を取得しました。その後、介護の仕事に転職したのです。

この施設に勤めてからは、母と同じ脳血管疾患の方も多く、身の回りのケアをさせて頂いているうちに、親孝行をしているような気持ちになりました。

◎

この施設では、清水院長の教えのもとに「優しい人」とはという十二の言葉があります。

- ① 高齢者を「頑張ろう」と思わせるような接し方をしてあげられる人
- ② 高齢者が願っていたこと、現在も願っていること、諦めていることなどの実現に協力してあげられる人
- ③ 高齢者を尊敬されるような人の役に立てるような人にしてあげられる人
- ④ 生きていくための勇氣、目標、理由などを持たせてあげられる人
- ⑤ 昔の出来事を幸福な出来事にしてあげられる人
- ⑥ 心の傷を修復してあげられる人
- ⑦ 不安、淋しさ、恐れなどを取り除いてあげられる人

り除いてあげられる人
⑧ 変化のある生活をさせてあげられる人

⑨ 注意、命令、文句、叱責、愚痴、嫌味などを言わない人
⑩ できないことをさせて恥をかかせない人

⑪ 元気になられた高齢者に感謝し、自分の手柄にしない人
⑫ 高齢者の「未来」「現在」「過去」を一緒に創ってあげられる人

◎

私達、職員全員がこの「優しい人」の考え方を実践していますが、利用者の方々と接していると、みなさんの優しさに触れ、私達職員が優しい人にもなっているように感じます。私達のケアに対して、心から「ありがとう」と言っていたいただき、職員間同士にも「ありがとう」という言葉が自然に増えてきたように思います。

二療養棟では、認知症の方の心をつかむケア技法「ユマニチュード」を使うケアを心掛けています。ユマニチュードとはフランス語で「人間らしさ」という意味のようですが、利用者

の方々と目線を合わせ、寄り添うケアを看護介護で協力し合い、日々行っています。利用者の方々と接して感じて居ることは、優しい人とは利用者の方々のことであり、その優しさに触れて、私達職員が優しい人に育てて頂いているように思います。職員同士でも、仲間意識が強くなり、お互いに助け合えるようになりました。それもみな、思いやりのある優しい方々に囲まれているからではないでしょうか。

日々、笑顔あふれる施設でありますように、リラックスティとして頂けるように、これからも、仲間同士協力してケアしていきたいと思っています。

(2療養棟 介護福祉士)

季節の小窓

母を訪ふおぼる月夜の端を縫ひ

源 鬼彦

やはらかき母にぶつかる蚊帳の中

今井 聖

秋の灯にひらがなばかり母の文

倉田 紘文

最後の仕事

青木 光子

私の前職はサービス業でした。婚礼、宴会受付、宿泊フロント、レストラン接客等の仕事に携わってきました。

職場を定年退職して数ヶ月が過ぎた頃、偶然知人に会い、こちらの病院の清掃の仕事を紹介していただきました。軽く引き受けてしまったのですが、医療関係は初めてなので、不安でいっぱいでした。仕事は、病室や協同スペースの清掃が主ですが、利用者の方々とお話しする機会もたくさんあり、思わず「クスッ」と笑ってしまったり、励まして頂いたり、不安などはすぐに消えてしまいました。

仕事を始めたころ、忘れられない出来事がありました。仕事を始めて数日経ったとき、職員の方から「〇〇号室の△△さんは乱暴だから気を付けて」と注意がありました。

そのお部屋を覗くと、△△さ

んはベッドで休んでいましたので、私は怖々中腰になり、モップでベッドの下を拭いていました。すると、△△さんが「ほどほどでいいんだよ」と仰ったのです。私のしぐさで、すべてを見透かされたようでした。とても穏やかな口調でした。

この方は怒りんぼだけれど、優しい方でした。私と相性が良かったのか、それからは、お話を沢山していただきました。

清掃をしていると、時々、素敵なプレゼントを頂くことがあります。小さく豊んだトイレレットパーを「いつもありがとう。取っておきなさい」とエプロンのポケットに入れてくれたりします。ある男性の利用者の方は「いいものをあげるよ」と言っていて、ズボンのウエストに挟んである未使用の紙おむつをくださいました。

「きれいに掃除してもらって、気持ちがいいよ」と言ってお下される方もあり、私がいつも励まされていきます。そんな方々も、日によってはご機嫌の悪いときもありますが、苦ではありません。

でも返答に困ることもありました。「どうして私、こんなになっちゃったんだろう」とおっしゃった時は、何と言って答えたいのか。私は背中をさすってあげることしか出来ませんでした。その方の不安を和らげる言葉が出てきませんでした。

私は、利用者の方々は、ほんの一部分しか接していません。看護師、スタッフの皆さんの大変さを近くで見ている、只々、頭が下る思いです。そんな私に出来ることは、利用者の方々が出来るだけ心地良く過ごせるように、スタッフの皆さんが気持ちよくお仕事が出来るように、清掃することだと思っています。人生最後に就いた仕事は、多くの皆さんに沢山励まされ、元気をいただける職業でした。

(3療養棟 介護職)



当たり前はありがたい

勝又 香耶

今年もまた桜の咲く季節となった。満開の桜を見ると春の訪れを感じる事ができ、幸せで豊かな気持ちになる。昔は、花を愛でる気持ちがあまらなかった。使い方として間違っているとと思うが、完全に花より団子なタイプではあったが、年を取るにつれて咲いている花、飾られている花を綺麗だな、素敵だなと思えるようになってきた。花以外にも、当たり前に存在している富士山の綺麗さ・偉大さを、今の職場に勤め始めてからとても感じるようになった。

「当たり前」といえば、今年に入ってから、当たり前だと思っていたことが当たり前ではないということが多々起こっている。これからも一緒に過ごしていくと思っていた仲間との突然の別れ、二〇二〇年の夏になったら当然開催されると思っていた東京オリンピックの延期、不要不急の外出の自粛。三月に島根へ