富士山麓病院介護医療院新聞
富士山麓クリニック
第162号

《症例検討・109》

配偶者や子供たちの考え違い

院長　清水允熙

今回は、七十七歳の女性Hさんの例です。自宅で介護されているHさんの症状は以下のとおりです。

①物忘れがはげしい。
②食事のとき、おかずをバランスよく食べられない。どれかひとつに集中することがある。
③荷物をまとめて外へ出ていく。
④昼夜が逆転している。
⑤鏡に映った自分の顔に話しかけているとき、なんとなく楽しそうに見える。

このような症状・行為について、家族から「どのように対応したらよいのか」という相談でした。

【生活歴】

Hさんの若い頃には極めてありふれたことだったのでしょうが、結婚後、姑に大変悩まされました。そのためか、子供たちが小さい頃からHさんの口癖は「お母さんはお前たちの世話にはならないからね。老後はお父さん(夫)と二人で、老人ホームで好きなことをして楽しく暮らすのが夢だからね」でした。

Hさんには三人の男の子がいます。自分が年をとったとき、姑によってHさんがさせられたような苦労を、自分の子供たちの嫁にはさせたくないと考えていました。子供たちも、自分と老後の母親との関係は母親が考えるものと思い込んでいました。子供たちはそれぞれ結婚し、独立して家を離れました。Hさんは夫と二人で自分の家で暮らしていました。八年前、夫が亡くなりました。Hさんはひとりで生活をしていました。孤独と目的のない生活が続くようになりましたが、子供たちは特別気にすることもないままでした。二年前から長男一家と生活するようになりました。理由はHさんが忘れっぽくなっていたからとのことでした。

【経過】

Hさんの場合は、息子たちが、

○話し相手をすること。聞き役になってあげること。

○会話時間を増やすこと。楽しい話、安心できる話などを繰り返すこと。

○Hさんにいろいろなことを教えてもらうこと。

○Hさんに役立ってもらうこと。そして感謝の気持ちを伝えること。

○Hさんの存在価値を認めていることを伝えること。

○運動量を増加させ、良質の疲労感をもって夜を迎えるようにさせてあげること。

○家族が健康を願っていることを分かってもらうこと。

などの対応により、幸運にも後述の症状②③④⑤について改善が認められました。

【メモ1】

Hさんのような症状は、認知症の高齢者に割合多く見られます。

このような場合、私たちは更に次のようなことについて、家族からくわしく聞くことにしています。

①物忘れについて

・物忘れの進行速度について

・半年前、一年前、二年前、三年前と現在との言動の違いについて。

物忘れがどのくらいの速さで進行しているのかを知ることは、認知症の性質を知る上で重要です。また、今後の対応を考えるときにも重要となります。

Hさんの場合の認知症進行の速度は平均的なものでした。

②おかずをバランスよく食べられない。どれかひとつに集中することについて

・おかずの位置は関係ないか。

・ご飯だけ食べ続けるのか。

・幾皿にも分けないでひとつの皿に盛りつけた場合はどうか。

・好き嫌いはないか。

・食事中は家族の団欒が維持されているか。

・途中でぼんやりしてしまうことがないか。

Hさんの場合は考えごとをしているようで、食事に注意が集中していないことがわかりました。

③荷物をまとめて外へ出ていくことについて

・荷物の中身は何か。

・どこへ行こうとしているのか。

・誰に会おうとしているのか。

・何があった後にこのような行為が多いのか。

・出かけようとする時間は、午前、午後、夕方、夜のどれか。

・引き止めるとどうなるか。

Hさんの場合は、荷物の中身は衣類です。行き先は夫と生活していた家のようです。確認はできなかったのですが、老人ホームの時もあります。会う相手はHさんに、昔、優しくしてくれた人たちのようです。出かけようとする時間には特別決まりはありません。引き止めても穏やかに言うことを聞いてくれます。

④昼夜が逆転していることについて

・安定剤か何かを服用していて、昼間、ウトウトしたり寝たり

してはいないか。
・昼間の運動量はどうか。
・昼間の会話時間の総量、会話の内容(質)はどうか。
・心配事、気がかりなことはないか。
・昼間は孤独ではないか。

Hさんの場合は孤独な生活が続いていました。何もする気にならず、何もしない生活が続いていました。孤独でいると、高齢者は昼夜が逆転しがちです。肉体と心の両方が気持ちよく疲れないと、夜よく眠れないものです。心配事、気がかりなことはなさそうでした。

⑤鏡への話しかけについて
・自分に向かって話をしているのか(認知症の高齢者の場合、鏡のなかの顔を自分であると理解していて話しかけていることは少ない。他人と思っている場合が多い)
・何を言っているのか。
・話しかけている時間は何時頃が多いか。

だいたい以上のような状況をもとに、対応の仕方を考えていきます。

【メモ2】

荷物をまとめて外へ出ていく症状について考えてみましょう。

Hさんは昔から口癖のように繰り返していた言葉、つまり「おかあさんは、お前たちの世話にはならないからね」にこだわって、人生を送ってきました。この言葉の責任から解き放たれることのない認知症症状が、Hさんに荷物をまとめて外へ出て行かせるのです。つまり、子供たちとその嫁に苦労をさせたくない、迷惑をかけたくないというHさんの優しい配慮が、この場合の外出、つまり夫と生活していた家、または老人ホームへ行こうとする認知症症状の原因でした。

次に、鏡に映った自分の顔に話しかけることについて考えてみましょう。

このような場合、鏡に映っているのは自分の顔ではありません。自分が会いたい人に来てもらっている場合がほとんどです。

ところで、夜遅く鏡に映った自分の顔に向かって「独りごと」を言っている場合は、大きく分けて次にような二つの場合があります。

①懐かしそうに、または楽しそうに話している。
②文句を言っている。怒っている。悪口を言っている。

Hさんは①が該当しました。

①の場合について

鏡像への話しかけは、高齢者が家族から孤立して淋しい日々を過ごしている場合に多く見られます。話し相手が欲しいときの行為です。自分に対して優しい人を呼び寄せています。Hさんの場合は、鏡のなかに映った自分の顔を、母親や姉妹、時には従姉妹と思い込んでいました。

当然のことながら、相手になっている鏡のなかの人からの返事が耳には聞こえています。孤独で単調な生活を続けるHさんに同情し、その考えに同意している声です。その声を聞いて、心は安らぐのです。

このようなときに、私たちはHさんに向かって「おばあちゃん、もう遅いから早く寝ましょう。もう三時ですよ。早く寝ないと体がまいってしまいますよ」などと言って、ベッドで横になるように誘導・強要しがちです。私たちは相手のいない「独りごと」としか理解していませんから、それで当然の対応です。しかし、Hさんには相手がいるのです。横になってからも、その相手がまだ鏡のなかにいると思っています。それが気がかりなのです。

私たちがその場を立ち去ってから、Hさんはベッドから起き出して再び鏡の前へ行きます。自分に優しくしてくれる相手はやはり待っていました。「すまないねえ。待たせて」と、再び楽しそうに話し始めます。この繰り返しを、私たちは理解しなければなりません。では、この行為を止めさせるためにはどうしたらよいのか考えてみましょう。

それには、日々の生活のなかで、Hさんの孤独感を強めないことが第一です。それも子供たちの独断によってではなく、本人がしてほしいと願っていることをしてあげることによってで

す。鏡のなかの人を忘れてしまうほどの楽しく喜びに満ちた生活がHさんには必要です。

さて、Hさんの気持ちが、まだ鏡の前に残っていては、Hさんは心残りで、その場を去ることができません。したがって、鏡の前から立ち去らせる場合には、きちんとした「手続き」が必要です。

例えば、「おばあちゃん、遅くなりましたからもう休みましょう」と誘います。鏡のなかの人に対しても、「もう遅くなりましたから、お話はまた明日にしたほうがよいでしょう。また明日、うちのおばあちゃんとゆっくりお話をしてください。明日はおいしいお茶とお菓子を用意しておきますから、ぜひいらっしゃってください」と挨拶して終りましょう。これは、Hさんに聞かせるための挨拶です。また、このような手続きをとるのが鏡のなかの人に対しても礼儀というものでしょう。そして、「おばあちゃん、お話は明日でいいですね」と約束を取りつけましょう。「では、お休みなさいを言って帰りましょう」と、Hさんが鏡のなかの人に向かって「お休みなさい。また明日ね」と言うのを確かめてからHさんを布団へ休ませるようにしてあげましょう。

話し相手から略奪するかのようにして、ベッドに押し込むのでは、Hさんがもち続けなければならない常識と落着きは、認知症の進行によるのと同時に、家族によっても壊されてしまうことになります。

認知症症状が進行すると、Hさんはベッドの中で先刻の別れの儀式を忘れてしまいます。再び鏡のなかの人に会いに行くでしょう。私たちはもう一度、先ほどの行為を繰り返さなければならないのです。大変なことですが、その場でお茶でも飲んだらよいでしょう。ついでに世間話でもしたらいかがでしょう。時には、鏡を移動させることも必要になるでしょう。しかし、一番大切なことはHさんが話をする相手を鏡のなかの人から、家族に移すことです。そのためには、Hさんの「存在価値」を日々の生活の中で確認させてあげることです。

このような努力を繰り返すことが、Hさんに対する周囲の人たちの優しさでしょう。この優しさが続けば、鏡のなかの人に会いに行くほど孤独にはならないのです。やがて、一晩中「鏡に向かって独りごとを言っている」行為は減っていくことでしょう。事実、Hさんの鏡への話しかけはなくなったのです。老人が認知症になる以前に、このような「配慮と努力」を家族が払うことが一番大切です。このような配慮と努力以上に認知症症状を回避する方法はありません。

②の場合は、攻撃的性格が強い老人の場合です。「存在価値」を認めてもらっていないことが原因でしょう。息子や嫁たちへの不満を鏡のなかの人に訴えているのです。前述の①の場合、老人は淋しさの責任を家族や周囲の人にとらせてはいません。自分の不満や淋しさを、優しい人を呼ぶことにより、自分で改善しようとしているだけです。しかし、この②の場合は、不満に対する怒りの責任を家族にとらせるために、鏡のなかの人に同意を求めているときの症状であり、独りごとです。不用意に鏡の前から去らせようとすると暴力行為を受けることもあります。子供たちからの配慮の少ない人生を経てきた老人に多い症状です。対人不信を取り除く接し方が重視されなければならない症状です。

認知症の老人は、自分が願っているように周囲が見えてしまうことや聞こえてしまうことがあります。それにより自分の置かれた状況を改善します。鏡のなかの自分が、他の優しい人に見えてしまうなどはその代表的な症状です。それは、認知症の進行を阻止するために、老人のからだが所有している防衛手段のひとつなのです。「自己保存（または自己実現）妄想」で、自分を助けるため、自分の喜びを存続させるためのあり方で「自己保存（または自己実現）幻覚」と名づけることのできる現象です。

松下英美氏 常務理事就任の件

Ⅰ　過去十一年間にわたっての、多事の諸問題についての気付きの能力、状況判断、対応の迅速さ、積極性などの優秀さを発揮。

　並びに、仲間・後輩への教育・指導の適切さと努力、特にスタッフの皆さん自身がご自身の存在価値を獲得することの重要性を説くほど、本人の考え方の優秀さを発揮しました。

Ⅱ　富士山麓病院介護医療院の目標は左記の通りです。

①認知症の進行を遅くする、あるいはストップさせること

②認知症症状を改善させること

③元気な高齢者が認知症にならないようにしてあげること、予防すること

④以上①～③をテーマに家族を入れての勉強会を開くこと

⑤高齢期に認知症にならぬような生活と考え方を青少年期・幼少期について教えてあげること

このような目標の達成のためには松下さんの更なる努力と知恵が必要となるでしょう。

　したがって松下さんを常務理事として目標・計画の実行に参加していただくことにしました。

　スタッフの皆さんのご協力をお願いしたいと思います。よろしくお願い致します。

令和二年九月二十二日

清陽会　理事長

清水　允熙

就任挨拶

松下　英美

　医療法人社団清陽会富士山麓病院に勤務十一年間、秘書・秘書室長・CACチーム長・経営企画部長という業務経験を積み重ねながら多くのことを学ばせていただきました。

　まず、認知症に関する知識、対応方法、改善と進行ストップの治療方針を理事長の清水から日々教えていただいております。そして、現場のスタッフたちから認知症高齢者を抱えている医療現場の実態を日々教えていただいております。さらに、創立四十二年間の病院の歴史と各部署が日々抱えている諸課題を改善・改革をする過程の中で、病院経営知識を日々教わりながら経験を積み重ねてまいりました。

　この度、度重なる熟慮の末、常務理事という重任をお受けすることにしました。理事長の信頼に心より感謝しております。同時に、責任の重大さも痛感しております。

　今まで「真心をもって、真剣に、全力で取り組めば何とかなる」という考え方で、日々努力をしながら仕事の成果をあげてきましたが、理事長からの幅広い知識の伝授、仲間たちの支えなしでは成り立たなかったと思います。

　これからもスタッフの皆様が楽しく働ける職場の環境づくり、入所者のご家族に喜んでいただける対応とサービス提供、地域医療に少しでも多く貢献できるように、日々努力してまいります。更に、認知症高齢者の対応においては、グローバルな高レベル医療施設を目指し、理事長の経営理念をしっかりと実行してまいりたい所存でございます。

　昨今問わず、当院を応援してくださった皆様に心より感謝申し上げます。

　今後とも引き続きご協力とご指導をお願い申し上げます。

（常務理事）

富士山麓病院介護医療院　富士山麓クリニック

〒412-0006　静岡県御殿場市中畑１９３２

本院は40年以上にわたって培った臨床経験を活かし「早期発見」と「適切な診断・対応」を中心に認知症の専門的な治療を行っています。ご相談・お問い合わせなど、お気軽にお電話下さい。

TEL　0550-89-5671　FAX　0550-89-8017

コロナ禍に思う

杉山　由紀子

コロナ禍で、生活のスタイルが大きく変わった人の話も耳にするが、私自身は、この職場で今まで通り仕事をしていたので、それほど大きな変化はなかった。しかし、手に入りにくくなったサージカルマスクやN95マスク、消毒用エタノールなど、どう手配するか、出口が見えない中、ストレスは溜まった。そんな中、長い付き合いの問屋さんは、メーカーの担当者には言うに及ばず、メーカーの本社にまで掛け合って、商品を調達して下さり、現在まで欠品することなく、過ごすことができている。日頃の人間関係がこういう時、大きな力になることを、骨身に沁みて実感した。

休みの日は、当施設の入所者の方々にコロナをうつしては大変と、家にこもることが多かった。そこで、家にこもってやったこと、考えたことを、お話します。

まず、やったこと。この期間、断捨離をした人は多かったらしく、私の住んでいるマンションでも、燃えないゴミが大量に出て、指定の大きなカゴに入りきらず、あふれ出ていたときがあった。私も押入れの中の、かび臭くなった布（布フェチです）をなんとかしようと決意。モンペ4枚、エコバック2個、ベッドカバー1枚を、ミシン屋さんで手に入れた中古ミシンで、手作り。罪悪感を持つことなく在庫の布を減らし、かつ物を作り上げた達成感も味わえ、一石二鳥。押入れのこやしだった布たちも、人の手がふれると、生き生きしてくる気がする。人間のために作られたものは、人間が使ってこそ輝くと感じた。

続いて考えたこと。テレビでは新しいドラマが撮影できなかったためか、古い映画が放映されていて懐かしく見た。特に今年亡くなられた大林宣彦監督の『時をかける少女』はツボにはまり、筒井康隆氏の原作本を、引っ張り出してきて読み返した。筒井作品を読んでいれば、同じ時代に読んだSF作家の小松左京や星新一作品も読みたくなり、読書サーフィン。

そんな中で子供の頃、好き勝手に本を読んでいた頃を思い出した。親が、勉強に役立ちそうだからと買ってきた○○全集なんて、見ただけで、翼をもぎ取られたエンジェルみたいな気分になったから、読まなかった。読書とは私にとって、欲望の赴くまま、空想の世界を、羽をいっぱいに広げて羽ばたくものだった。映画「ネバーエンディングストーリー」の中で、いじめられっ子の主人公の少年が、屋根裏部屋で、古い本を読んでいるうちに、その物語の中に入っていくように、私をあっという間に、異世界へ連れて行ってくれる。そしてその中で、その少年と同じように、多くの人達と出会った。そこで、ふと思った。何故、昔読んだ作品をまた読みたくなるのか。懐かしさということもあるが、読み返していると、十代、二十代で読んでいた時の自分の心の動きを、まるで映画を見るように、客観的に今の自分が感じとることができるのだ。あの頃、説明できなかった心の動きを、今の自分は言葉にして、あの頃の自分に解説してあげることができる。これは過去の自分に宛てた、手紙でも書いているような気持ちなのか。長い時間を経ての往復書簡を、交わしているような、不思議で心地良い、胸のあたりが温かくなる感覚がある。

作家の石井桃子さんは「子どもたちよ、子ども時代をしっかりと、楽しんでください。おとなになったら、老人になったら、あなたを支えてくれるのは、子ども時代のあなたです」と言われたが、私としては、大人の私が、子供の頃の一人ぼっちで不安に震えていた私を、時空を超えて会いに行き、寄り添いさえて、不安から解放してあげる事も出来る気がする。意思の疎通は、時間の流れに関係なく、双方向ではないかと思っている。

（薬剤師）