

# 在宅で 生きる

vol.20

2月号

2016.2.1.

練馬区 地域医療担当部  
地域医療課  
医療連携担当係  
TEL:03-5984-4673

## シリーズ“今日の在宅療養①” —認知症の人と暮らすこと— 桜台診療所 院長 辰野 剛先生

今月号からは、「シリーズ“今日の在宅療養”」と題して、疾患別の在宅療養のポイントについて、専門の先生から解説していただきます。

今月号は、桜台診療所院長 辰野剛先生に、認知症の人と暮らすために、家族が知っておきたいポイントについて、分かりやすく解説頂きます。

### ◆ 認知症を正しく理解し、共に暮らしていくために

練馬区在住のA子さん80歳は3年前に夫に先立たれ現在は娘さん一家と同居しています。最近、同じことを何度も言う、友達との約束をすっぽかしてしまうなど記憶の問題が目立ちます。好きだった習い事もなくなり、買い物も毎回同じものを買ってくるようになりました。娘さんに指摘されても反省なく言い訳が目立ちます。そのためお互い言い合いになり、喧嘩が絶えないとのことで受診されました。このように、病院に連れてくるまでにはひと騒ぎありました。診断は初期から少し進んだアルツハイマー型認知症と診断を受けていたそうです。



## Q. 認知症のひとの心のありようとは何でしょう？

認知症になると、「自分はどこかおかしい」と、何らかの変調には気づいていることが多いのですが、それをしっかりと自覚はできません。「分からない」と漠然とした不安や周囲とのズレ、戸惑いが続きます。また同時に、過去の栄光・プライドは自分のよりどころです。最近の経験した出来事よりも、一昔前にできていたことの記憶の方が鮮明です。過去の自分が「今を生きている」かのように思うようになります。周りからは嘘を言っているとか、トボケているとみられます。取り繕いは、自信が持てなくなってきた自己評価を、何とか維持しようとする、ひとつの対処行動(コーピング)とみることができます。

## Q. 認知症になるとどうして怒りっぽくなるのですか？

家族としては、物忘れをなんとか気づいてほしいと考えます。自覚をさせないと、症状が進行する危機感を感じ、「そうか忘れていたんだ！私が間違っていたんだ！」と言わせるような自覚を期待したい・・・そのために家族は指摘を繰り返します。そして、言葉尻が強くなるのです。しかし、再々の説明・指摘は、残念ながら伝わらず、Aさんも、「家族に嫌われている。」と反応し、さらに取り繕いや怒りに出るのは、「もう死んだほうがいい！」などのセリフがでてしまうことも。これは先に述べた心のありようと関係があります。

## Q. ではどうしたらいいのでしょうか？私（娘さん）のストレスは？

一緒に暮らしている家族のストレスたるや、尋常ではないでしょう。A子さんがしっかりしていた頃のお母さんではないことを悟るのですから。そのやるせなさや、どこにぶつけたらいいか分からない怒りがこみ上げてくることも、よく理解できます。

一方で、A子さんには、「いくつになっても役に立ちたい。誇りを持って生きたい。張りを持ちたい。」などの気持ちがあります。家族としては、なるべく初期の段階で、“家族の対応”を身につけることが重要です。プライドを傷つけられ、自信喪失の時期が長くなると、症状進行も加速する可能性が否定できないからです。また、本人に張りを持ってもらうためには、家族以外の社会的対応も必要です。昔からの知人に理解してもらって、遊びに付き合ってもらっている例もあります。そして、更に症状が進行すると、家族だけで対応することはできなくなります。デイサービスなど地域資源を活用して、本人の生きがいと一緒に見つけることが重要です。家族にとっては、余裕を持つことで優しく接することができる、という好循環も期待できます。また医師からは、今後の経過やあるべき対応について、説明してもらうことが良いと考えられます。

### 《 居心地のいい環境 》

認知症には残念ながら「治す」薬はまだ世の中に存在しませんし、認知症は老化という不可逆性から逃れられないものです。であれば、認知症の人が厄介な人・困った人として事例化する前に、地域が様々なネットワークの受け皿を作っていく必要があると考えられます。



### 《 居心地の悪い環境 》

