

# シリーズ「認知症」⑥

## 認知症になっても自分らしく

国立病院機構 和歌山病院

看護師 堅田 弥生

いう事が大切になります。

認知症の人と関わるのは大変ですが、一番苦痛に感じているのは本人です。今までできていた事ができなくなるのはないか、わからなくなるの

みなさんは「認知症」についてどのようなイメージをもたれますか？「なりたくない、介護が大変、忘れていくのが怖い」など、マイナスのイメージを持つ方がほとんどだと思えます。近年、認知症についての情報を耳にする機会が増えていますが、もし認知症になったら、家族が認知症になったらどうしようという漠然とした不安が強いのではないのでしょうか。

認知症は高齢者がなるというイメージがあると思いますが、歳を重ねるとつれ倍増し、90歳代ではほとんどの方が認知症だと言われています。スマートフォンやインターネットの普及により、自分の力で考える機会が減った今、ますます認知症になる人が増えるのではないのでしょうか。

認知症と聞くと、一見何もできなくなるように感じられますが、実際は脳の機能低下はあっても感情の低下は見られませんが、むしろ、感情が強くなる傾向にあり、より鋭くなります。認知症の人にはその人によって異なるので、突然怒り出したり、

抵抗しようとする事があります。これは、残された感覚機能を最大限に使い、関わる人の態度や姿勢を通じて、自分の置かれている立場を利用し、何らかの意思を行動で示そうとしているのです。認知症の人の行動を異常だと考える人もいます。一緒に住んでいる家族であれば、「なんでそんな事もできないの？」「なんでそんな事をするの？」と、認知症の人に怒ってしまう事もあるのではないのでしょうか。しかし、その行動には必ず「意味」があります。例えば「落ち着きなくうろうろ歩き回る事」は私たちがから見ると、変な行動ととらえられるかもしれませんが、トイレを探しているのか、もしかしたら、人を探しているのかもしれないか、何かしようと思っただけ、何をしようかわからないのか、あるいは不安や心配があるのかもしれないか、

「なぜ歩いているのか」「その人によって異なるのです。そのため、どうしたいのか本人に聞く

認知症の人と関わるのは大変ですが、一番苦痛に感じているのは本人です。今までできていた事ができなくなるのはないか、わからなくなるの

「あいさつ」をする事も十分コミュニケーションとなります。毎日笑顔で「おはよう」と話しかけてください。「おはよう」には、今が朝であることを教えるヒントになります。知らない人であっても、笑顔で話してもらえると安心できます。ちょっとした声かけで人は安心出来るのです。「認知症の人」ではなく「○○さん」という一人の人として関わってほしいです。

(シリーズ完)