

認知症の本人が自分自身について語っている本の紹介

老年学土曜随想第 49 号 06 年 5 月 13 日

2 回連続して本の紹介をしました。今回も私が読んだばかりの新しい本をご紹介致します。それは 4 月 30 日に出版された「私、バリバリの認知症です」（クリエイツかもがわ 本体価格 1,600 円）です。この本の素晴らしいところは、認知症の患者に自分自身の状況を語らせていることです。

認知症患者が自ら書いた本といえば、日本語版が 2003 年に出版されたクリスチーン・ブライデン（当時はボーデン）さんの「私は誰になっていくの？」と翌年出版された同じ著者の「私は私になっていく」が有名です。これらの本によって、認知症の患者が実際にどのような状態にあり、どのように感じているのかが明らかになってきました。

2003 年に和田行男・宮崎和加子著「大逆転の痴呆ケア」（中央法規社本体価格 1,700 円）という本が出ました。題名通りの視点の大逆転で、患者の身になって患者の行動の意味を解釈して書かれていましたので、「こういう見方があったんだ」と目から鱗が落ちる思いで読みました。しかしこの本も患者に語らせているわけではありません。

「私、バリバリの認知症です」がこれらの本と大きく違うところは、患者と医師と作業療法士との 3 人の鼎談を忠実に記録した形になっていることです。医師と作業療法士の質問やコメントに答えて、患者が具体的に自分自身について語っています。例えばこういうことが書かれています。

患者（太田正博氏）は 12 時に病院に着かなければならないのに、それができません。家から最寄りの鉄道の駅まで何分かかかる。その駅から長崎駅まで、電車は何分かかかる。長崎駅から病院まで歩いて何分かかかる。これらすべてを太田さんはよく知っていて、質問に答えられます。ところがそれでは何時に家を出ればよいかとなると、考えられないのです。

じゃ、10 時 30 分頃太田さんの家に電話して、家を出る時刻ですよ、と教えてあげればいいのか。本人はこのような電話をもらうことを嫌います。自分ができることは自分でやりたいのです。

こんなふうに具体的に、この方は何が分かり、何ができないか、何をしたいか、語られています。認知症患者である太田さんのできることとできないことが具体的に分かります。そして自分でやれることは自分でやりたいという太田さんの心も分かります。

またこんなことも書かれています。

医師「視野が狭くなるというのは、見えてはいるんだけど、そのものがはっきり把握できないということですか。」

太田さん「はい。形が見えないし、その他には漢字が書けないとかですね。難しい漢字とかは、全然何のことか分からなくなります。」

太田さんの署名を見ると、簡単な字は書けていますが、「博」という字を正しく書けないことが分かります。書くのと読むのとは違うでしょうが、私が付き合っている認知症の方々は、かなり難しい漢字でも読めます。歌のビデオを見ていて題名がでてくると、声を出して読まれることがあります。大抵読めるようです。

太田さんはとても笑顔が美しい方です（誰でもそうでしょうが）。その大きな笑顔が本の表紙に出ています。そして太田さんは本の中でこう言っています。「笑いは絶対大事です。笑いは絶対必要です。何があっても、ずーっとつながるんですから。笑うことでもの

すごく活性化するのですから。顔が真っ赤になりますから。」

この本の一番最後の方に、「認知症のとらえ方」という節があります。そこで誤ったとらえ方と、正しいとらえ方が示されています。「誤ったとらえ方は・・・認知症という病気が、その人らしさや尊厳をすべて覆い尽くしているようなとらえ方である。このようなとらえ方をすると、認知症の方々は没個性化し、みな同じように見えてしまう。」

「認知症の方々の真実の姿は、さまざまな人生と家族関係を背負い、さまざまな人格を持った方々であって、その中に共通した認知症という病気をもちながら生きているととらえなければならない。」

毎週 10 人ほどの認知症の方々に会っている私は、本当にそうだと思います。お一人お一人個性のある違った姿を見せられます。この本には太田さんという認知症患者のことが書かれているわけで、日本に今 190 万人いると言われる認知症患者のたった一人のことが書かれているだけと考えなければならないようです。それでもその中に、中核症状の現れ方のある共通した現象を見つけ出すことはできるのではないのでしょうか。

今日の新聞には、若年性認知症患者を主人公とした渡辺謙主演の映画「明日の記憶」の上映が始まったことを知らせる広告が載っていました。

日常生活の中で接した認知症の方 2 人

老年学土曜随想第 50 号 06 年 5 月 20 日

東京の地下鉄の駅でのことです。どっちへ行けばいいのか分からず迷っているという心の中が見え見えの様子をしている老人男性がいました。「この方はひょっとすると認知症？」私がそう思ったのは、迷っているばかりではなく、壁にあるスイッチ状のものをしげしげと眺めていたからです。

「どちらへ行かれるのですか。」と声を掛けました。「どっちへ行ったらいいのか、分からなくなって。」「この駅で降りられるんですか。ここは板橋区役所前ですけど。」「いや。」「それじゃ、どちらへ？」「・・・」何だか要領を得ません。「駅員さんに聞いてみたらどうでしょうか。」「さっき聞いたんですけど、それが分からなくなっちゃった。」「じゃ、もう一度聞いたら分かるんじゃないでしょうか。駅員さんの所へご案内しましょう。」

こう言って一緒にエスカレーターに乗りました。「あなた大正？」「いえ、昭和生まれです。」「俺は大正 8 年。84 歳。（これでは計算が合いません。87 歳？）」「お若く見えますね。お元気ですね。」「いやあ、そうでもないけど。」

改札口で駅員さんに「この方、行き先が分からなくなられたそうです。」と言いました。駅員は 2 度目ですから「ここを下りて・・・」と説明を始めました。それで私は「説明だけでは分かりにくいかも知れませんから、私がお案内してきましようか。」と言いました。駅員は「この方は認知症ですよ」と私が言外に言った意味がよく分かったようでした。「いいです。私が行きます。」と言いながら、事務所の扉を閉めて、しばらく持ち場を離れてもいい準備をしました。そして「参りましょうか。」とその方を案内していきました。

この駅にこの入り口から入ると、都心方面に向かうプラットフォームへ行く道が分かりにくいのです。だからその方は駅員から説明を聞いたのですが、途中で迷ってしまったのでしょう。

ある朝私がジョギングから戻ってくると、家の前をお向かいのご主人が顔中血だらけにして歩いていました。何条もの血の流れが顔に付いていて、その凄まじい姿には私は一瞬どきどきしました。しかし足取りはしっかりしていたし、よく見ると血の流れは止まっているようでしたから、大したことはなさそうだと思います。

そのご主人は 20 年ほど前に奥さんを癌で亡くし、二人の男の子は結婚してそれほど遠くないところに住んでいます。ご自身は何年か前に脳卒中に罹り、身体に麻痺があり、ゆっくりした歩き方しかできません。夕食を配達をしてもらったり、週に一日介護のヘルパーに来てもらったりしながら、自立した生活を続けています。70 歳前後の方です。

「家に入って、横になられた方がいいんじゃないですか。」といたら、「カミは落ちていない？」といわれました。あゝそうか、カギを落としたので、家に入れないのか、と合点して、「カギですね。探してみましよう。」と下を向いて探し始めたら、「カギじゃないよ。カミだよ。カミ。カミがこの辺に落ちていない？」「カミって、どんなカミですか。」「こんなカミさ。」と手に持っていた新聞の折り込みチラシを私の目の前に差し出しました。あたりにはそれらしき紙は落ちていません。「落ちてないようですね。」と言いながら、その方の玄関口の方へ歩み始めました。道から玄関に入るには、3 段ほどの階段を上がらなければなりません。その段の一つにかなりの血が付いていました。倒れた時、

そこに額をぶつけたのでしょうか。

開けっ放しになっていた玄関から入ろうとした時、隣の家の娘さんが勤めに行くために家から出てきました。血の流れた姿に驚いて、「父を呼んできます。」と私に言って家の中に戻りました。そこのご主人は怪我された方の甥に当たります。一人住まいの叔父さんの持ち家を借り、隣に住んで面倒を見ているのです。

玄関を入ると、片隅に折り込みチラシが小さな山になっていました。その時甥御さんが駆けつけてきました。叔父さんの姿を見て、「救急車を呼びましょう。」とまた飛び出していきましたが、すぐに戻ってきたので、私は後を託して家に帰りました。

救急車で運ばれた病院では3針ほど縫って、すぐに戻ってきたそうです。後で頭のレントゲン写真を撮ったけれども、骨折などはなかったとのことで、よかったなあと思いました。

高齢社会になって、町の中でも家の近くでも、認知症の方に接する機会が増えました。私は傾聴ボランティア活動の中で毎週数名の認知症の方々にお会いしますから、それなりに理解しているつもりですが、一般の人びとの理解の程度は低いのではないのでしょうか。

今週の月曜日、私の尊敬する小澤勲さん（岩波新書「認知症とは何か」などの著者）のインタビュー番組がNHKで放映されていました。その中で小澤さんは「われわれは人と接する時、表面を繕うということをしします。しかし認知症の人はそれができません。心の中がそのまま表面に表れます。」と言われました。

上に述べた怪我した方は、数ヶ月前ちょっとした事件を起こしていました。私が朝、ごみを出そうと門を出たら、その方が大きな声で怒鳴っていました。その方もごみ袋を手に持っていたので、「どうされましたか」とごみ袋を私が受け取ろうとしたら、自分でやるからいいと身振りで示し、「階段を下りようとした時に声を掛けたら、危ないだろう。」というような意味のことを話されました。それで私はどのような事態だったのか、ある程度分かりました。

玄関から道路へ下りる3段ほどの階段を苦勞しながらその方が下りている時に、通りがかりの近くの主婦が「お早うございます」と挨拶したのでしょうか。その方は声の方へ目を移し、足元が危なくなつて、倒れそうになったのではないのでしょうか。「なぜ自分が危ない階段を注意深く下りている時に、声を掛けるのか。」という怒りのようでした。

どなられた主婦にしてみれば、朝の挨拶をただけなのに、あの人は怒鳴り返した、やはりあの人は変な人だ、と受けとめている心配があります。私はこの一件以来、その方には絶対に後から声を掛けないことにしました。後からその方に近づいた時には、まず通り越して前に出て、前から私が振り返って声を掛けることにしています。足元がおぼつかないその方を振り返らせるのは、とても危ない思いをさせることなのだ、と分かったからです。

認知症の方々が周辺にも増えてきたこの時代には、一般の人びとも認知症に理解を持つ必要があります。さらに知識を持つだけではなく、**社団法人地域医療振興協会地域医療研修センター副センター長八森(はちもり)淳氏**が東北で実践されたような、認知症の方一人ひとりを地域ぐるみで理解して、日常生活の中でサポートする体制を組んでいく必要があるのではないのでしょうか。個人情報の問題になるこの時代ですから、進め方は慎重でなければなりません。