



ぼけても心は生きている
—「家族を通じてぼけの人の
思いを知る調査」より—

社団法人呆け老人をかかえる家族の会

機関紙「ぽーれぽーれ」連載（2003. 10～2004. 3）

社団法人呆け老人をかかえる家族の会 副代表理事
川崎幸クリニック 院長

杉山 孝博

ぼけても心は生きている

——「家族を通じてぼけの人の思いを知る調査」より——

社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーれぼーれ」連載

(2003. 10～2004. 3)

およそ、人が他の人と関わりをもつとき、その最も基本的で重要なことは相手の立場や気持ちを理解することにあるのではないのでしょうか。相手への理解不足から無用な誤解や混乱が生じます。

しかし、ぼけの人の気持ちや世界を理解することは大変難しいものです。何度と同じことを繰り返すひどい物忘れ、物盗られ妄想、便失禁、家族の顔もわからなくなる見当識障害など、常識では理解できない言動に家族は振り回され、「しっかりしていた人がどうしてこんなになったのか！」と嘆き悲しみます。

ぼけを「記憶力・判断力・推理力など知的機能が低下したため生じた生活障害」ととらえた上で、私が工夫した「ぼけの法則」などを知ることによって、ぼけの人の世界は十分に了解できるようになります。異常と思われた言動が異常でなくなり、ぼけの人にとって無理もない言動であることがわかるようになります。そこから本当の介護が可能になるのです。

昨年、「家族を通じてぼけの人の思いを知る調査」を実施しましたところ、624通の回答をいただきました。ぼけの人自身の声が家族を通じて切実に聞こえてきた思いです。これから半年間、調査により明らかになったぼけの人の世界を考えていきたいと思えます。

(掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーれぼーれ」2003. 10月号)

僕にはメロディがない 和音がない 響鳴がない
頭の中に いろんな音が 秩序を失って 騒音を立てる
メロディがほしい 愛のハーモニーがほしい
この音に響音するものはもう僕から去ってしまったのか
力がなくなってしまった僕はもう再び立ち上がれないのか
帰ってくれ僕の心よ 全ての思いの源よ
再び帰ってきてくれ あの美しい心の高鳴りはもう永遠に与えられないのだろうか
いろんなメロディがごっちゃになって気が狂いそうだ
苦しい 頭が痛い

この文章は、福岡県の岩切健さんがアルツハイマー病発症 2 年後の 55 歳のころにかかれたものです。世界アルツハイマーデーのリーフレットの第 1 面に五線紙に自筆でかかれたものが紹介されていますのでご覧になっている方も多いと思います。

平成 9 年に家族の会福岡県支部主催の講演会に私が招かれて講演した際、この詩が朗読されました。会場の人たちとともに私も涙が出るほど感動しました。その心の叫びをもう一度文章で確認したいと思いつづけていました。

「家族を通じてぼけの人の思いを知る調査」では、「ぼけになった後で、ご本人が書かれたもので、気持ちや思いが伝わってくるもの」があればお知らせ下さいという家族へお願いをしました。調査結果のまとめの中にこの文章を発見したとき、大変驚き、また感動したものです。

調査委員会委員として、「ぼーれぼーれ」の本欄を私が担当することに決まったとき、冒頭でこの詩を紹介したいと思いました。その後、世界アルツハイマーデーのリーフレットに載ったため皆さんに紹介する順番が変わってしまいました。

私たちが安心して生活を送って行けるのは、「ここは自分の家で、自分がいてもよいところだ」「視力が低下してきたが、老眼が始まったため、誰もが同じ経験をするものだ。見えにくくなったらメガネをつかえば良いのだ」などと判断できるからです。記憶力・判断力・推理力などの知的機能が低下してぼけが始まると、そのような安心感が消えて不安感・恐怖感がわいてきます。まだ判断力などが残っている初期には、岩切さんのような気持ちになるのです。私たちは、そのような状態に陥っているぼけの人の気持ちを十分に受け止めなければなりません。

(掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーれぼーれ」2003. 11月号)

* 夕方になるといつも泣き出していた。なぜ悲しいのかと聞くと、「こんなにバカになってしまって…」という言葉が返ってきた。また、近所に一緒に出かけると、人が通りかかると、もの陰に隠れようとしていた。「こんなにバカになった姿を他人に見られたくない」、そんな言葉が返ってきた。

本人の思いの中で、最も中心になるのが「物忘れ」です。一般に考えられている以上に、本人は物忘れなどを自覚しており、「(私は) 呆けてしまった」「頭がおかしい」「だんだん進んでいく気がする」「何もできない」と感じています。

前号に紹介した岩切さんの叫びや本文の冒頭の文章から、自分がだめになっていく不安ややりきれなさがよくわかると思います。

「家族を通じてぼけの人の思いを知る調査」に、介護中、または看取った家族、624 名からの回答がありました。その中から、本人の気持ちが記載されている部分を抽出したところ、473 場面・出来事に上りました。本人自身におきている変化が記述されているのが、143

ヶ所で、その中で、「物忘れに対する恐怖」に関する記載が最も多くて54ヶ所でした。

物忘れによる不安・混乱が出てくると、「迷惑をかけたくない」「いらいらする」「調子が悪い」などという気持ちにつながってきます。

* トイレに連れて行こうとしたが、少し便がゆるくなり、パンパースの中にしてしまいました。風呂で、主人も手伝ってくれ、きれいにふいていたところ、「〇〇ちゃん（主人のこと）、すまんのう」と言い、泣き出しそうな声でわびてくれ、介助している私も思わず涙ぐみました。感謝の念の強い父でした。

人や者の名前が出てこない、誰でもこのままぼけてしまうのではないかと不安になり、知らない土地で未知に迷うとあせります。試験の結果に自信がないと自暴自棄の気持ちに陥るものです。普通の人とは時々経験するだけですが、とくに初期のぼけの人は常時感じているのですからその辛さは想像以上のことと思います。

あまりにも情けなくなると、

* 「なさけない。ごめんね。もう死にたい」と訴えるようになるのです。

しかし、一方では、自分の「病気のことがもっと知りたい」と言う思いつながら、「自分の病気と付き合って」いこうとする努力に結びついています。

* この頃、妻はノートによくメモをして話をしていました。必死で努力していたのだろう。という記述にみられます。なんとなくほっとさせられます。

(掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーればーれ」2003. 12月号)

* 突然、妻が「おたく何処にお住まい?」「お子さんは何人?」と言い出した。聞かれたこちらは一瞬、頭が真っ白になり、「妻が狂った」と思いました。自分の顔を指さし、「お前の主人じゃないか」と言うと、「私の主人は、そんな年寄りじゃない」。妻の中では、完全に20代、30代の世界になっていたのでしょうか。「では、前に座っているのは誰?」「判らないから聞いているじゃないの」。問答はここまで、もう妻が正常に戻る時間まで待つしかなかった。

私が工夫した「ぼけをよく理解するための8大法則・1原則」の「第1法則 記憶障害に関する法則」の中で「記憶の逆行性喪失の特徴」とは、「蓄積されたこれまでの記憶が現在から過去にさかのぼって失われていく現象で、『その人にとっての現在』は、最後に残った記憶の時点になる」というものです。従って、このケースのように、家族に対しても、「誰だか分からない」「知らない人が家にいる」「別の誰かと間違える」ことが起こります。家族はとまどったり、嘆いたりした挙句、記憶を呼び戻そうと努力して、混乱に陥ることがしばしばです。そんなときには、この特徴を思い出して、ぼけの人の気持ちや置かれている世界を理解したいものです。

物忘れが進んでも、「(家族に) 幸せになって欲しい」「(家族の) 体を気遣う」「(家族に) 感謝『ありがとう』」という気持ちは持ち続けています。

- * 「母さん、3月になったら、レコードでも買って、きれいな服を着いや。夫はまじめな顔で、じっと私を見つめて言った。呆けても失わない夫のやさしさがうれしかった。
- * 「お父さん、本当にありがとう。よく世話をしてくれてありがとう。本当にやさしいんだから。いろいろ心配かけてごめんなさいね。いつまでも元気でいてね」と。前後、支離滅裂な内容を言い続けていたのに、これが妻が私に言った最初で最後の正気の言葉となりました。(略) 私は、この時、最後まで、妻をやさしく介護してやろうと決心しました。

物忘れによる自分自身の変化と、「家族への思い」が合わさって、これまでの関係が変化していくと考えられます。これまであまり話したことのなかった嫁と姑がよく話すようになるということもあります。

- * 痴呆になってからは、よくしゃべるようになり、自分が体が弱かったので、母親がとても気を使って、食事の事をあれこれ手をかけてくれた事を話し、今の自分があるのは母親のおかげだと言っていた。こんなにいろいろ話したのは呆けてからだった。

家族関係を円滑に保つことは普通の家庭でも難しいのに、ぼけが加わった場合の大変さは経験しないとわからないと思います。ぼけの人の世界を理解して、よいところを少しでも評価して前向きに対応することが介護のコツといえるでしょう。

(掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーれぼーれ」2004. 1月号)

- * デイサービスに行ってきた、「今日はどんなことをしていましたか」と聞くと、「変な年寄りがいるで」と言う。時には「工場に行ってきた」とか言う。若い時、割り箸工場で働いていた頃を思い出しているのかと思った。

介護者の負担を軽くして余裕のある介護をするためにデイサービス、ショートステイなどの利用は欠かせないものですが、記憶力や判断力の低下した本人にとっては、見知らぬところに来た不安や病院などに入れられる恐怖などを感じてしまう。そのような不安を軽くするためには自分なりに納得することが必要で、「記憶の逆行性喪失の特徴」により、会社や学校、温泉に行っていると思いつまもうとするのでしょう。その場合、本人の世界を認めて合わせてあげることが大切です。

* 痛いリハビリに抗議して「イヤ、イヤというたらイヤ！しないというたらしない。人がこれほどイヤと言うものを、皆は、何の権利があつて無理強いするのか。その理由を言え。人権無視じゃあ」

* (デイサービスから帰って) 子供扱いされ、歌を嫌いなのに歌わされたのが、ご機嫌を損ねたようだ。(略) 若い職員が、一生懸命、お相手してくれるのはありがたいのですが、本人の性格に合わせて、何かさせようとするのはやめてほしいものです。

リハビリや検査なども、その意味がわからないぼけの人にとっては、本人のためであっても辛いことやなこと以外ではありません。スタッフはぼけの人の気持ちや性格を受け止めてサービスの提供を考えなければなりません。

本人が施設やサービスをしっかり評価していることもあります。家族が言いたくても言えないことを素直に表現します。

* (特養ホームにて、ケアマネージャの質問に答えて)「ここはやさしいね。やさしくしてもらって感謝しているよ」と言いました。この義母の言葉を聞いた時、私は涙が止まりませんでした。(略) 話す言葉も短くなってしまった義母が、果たして答えられるか疑問に思っていました。「介護は技術ではない。やさしさである」と義母は教えてくれました。

仕事や家事を必死にやってきた人にとって、なにもすることがないことは耐えられないことです。昔の本人が家族や仕事をどれほど大切に思っていたかがよく分かります。

* 「うちへ帰してもらいます。お母さんが体が弱いので、私がお炊事をしなければならんから」と言った。20代の頃、病弱な母を助けて、家事を取り仕切っていたらしい。その母を置いて恋愛結婚したと聞いたので、多分ずっと心にひっかかっていたのだろうと思った。

* 「稲刈りをせんといかん」と言うので、田んぼまで行って、まだ穂が出ていないのを見て納得させたが、30分もしないうちに、また、「稲刈りをせんといかん」と言うので困った。説明や説得は役に立たない。何か他のことに考えが行くまで同じことを言っていた。

(掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーればーれ」2004. 2月号)

* 車で移動中に紅葉を見て「すごくきれい」と何度も言った。今まで、あまり芸術面や、山などに興味を示さなかったのに、感動することが多くなった。

* 孫娘が「じいじ、じいじ」と声をかけると、孫を見つめて「かわいいわ」と言ったのです。もう心の交流はできないのかと悲しく思っていたのに、この日の場面は忘れられません。

花や自然の景色に素直に感動できるのは、子どもの頃ではないでしょうか。大人になるに従って知的な要素が混じってきて、素直な感動の渦が湧き上がるのを妨げてしまいます。子どもは感動した対象を、目で、手で、口で、鼻で、耳で、つまり全身で感じて、きれいな花が咲いていればお構いなく手に取って口に入れようとします。記憶力、理解力、推理力などの知的機能が低下した「二度童子(わらし)」であるぼけの人も、子どもと同じように、自然や昔懐かしい風景に素直に感動しやすくなっているのではないかと思います。子どもとの違いは、乳幼児が植木鉢の花を摘んでもしかられないが、ぼけの人の場合は「なぜこんなことをしたの」と強く非難される場合が多いという点でしょう。

私の工夫した、「ぼけをよく理解するための8大法則・1原則」の「第5法則 感情残像の法則」の内容は、「話したり、聞いたり、行動したことはすぐに忘れてしまうがその時

だいた感情は相当時間続く」というものです。知的機能は低下していても感情は豊かであることを知らないといふ介護はできないといってもよいでしょう。

＊ 「あなたの笑顔はステキですね」と私の友人が訪ねてきた時に話した。母の精一杯の挨拶。相手に不快を与えないような心配りが感じられた。

＊ 息子が亡くなってから、嫁の私に、面倒をみてもらうのがつらいと思っている。今まで、長い間、あたりまえのように振舞っていたのに。

物忘れなどに混乱させられながらも、「まわりへの心配り」をしながら、ぼけの人はあたりまえの生活を送っていることがわかります。

自分にとって不利なことは認めないこと（「自己有利の法則」）、いつも世話をしてくれる介護者に最も強いぼけ症状を出すこと（「症状の出現強度に関する法則」）などの特徴により、ぼけの人の言動に介護者は日々振り回されますが、時々、きらっと輝くような、人間性豊かな言動に、周囲のものは感動し、心の休まる思いを持つものです。しかし、他方で、「こんなしっかりしたことが言えるのに、どうして普段は困らすことばかりするの」と腹立ちの原因にもなる場合も少なくないと思います。よいところは素直に受け入れ、喜ぶことができるようになると、介護者の気持ちも介護の負担も軽くなるはずですが、それが、「家族のたどる心理的ステップ」の「第4ステップ 受容」の段階（理解が深まって、ぼけの人の心理を自分自身に投影できるようになり、あるがままのお年寄りを家族の一員として受け入れることができるようになる）です。

（掲載：社団法人呆け老人をかかえる家族の会機関紙「ぼーれぼーれ」2004. 3月号）