ヘルパーだより

「明日の記憶」という映画をご存じですか？
《「誰だっけ…。ほら、あの人…。」最近こんなせりふが多くなった。》からこの物語は始まります。「同じものを何度も買ってくる」「通い慣れた道で迷う」50歳の働き盛りのサラリーマンに告げられた「若年性アルツハイマー」という病名。日常、記憶がひとつひとつ消えていく怖さと向き合い精一杯生きる夫。妻は夫を支え続ける。……映画の中だからできることなのでしょうか？

認知症は、脳の変化による病気です。中でもアルツハイマー病は、原因もよくわかっておらず、いつのまにか発病し、徐々に進んでしまいます。気付いた時には重症化しており家族では対応が困難になっていたというケースがよくあります。

こんなときどうする

認知症のＹ子さん（85歳）と同居しているお嫁さんからのＳＯＳ。パジャマが汚れていたので着替えを手伝おうとしたら、「さわるな」と抵抗し、窓から「誰か助けて」と大声で…。近所の人に恥ずかしいし、かといって汚れたままにしておけないし…。どうしたらいいかしら？

お嫁さんの話をじっくりお聞きしたところ、Ｙ子さんに関しては日々さまざまな出来事が続いてお困りの様子です。Ｙ子さんの場合、かなり認知症状が進行しており、ご家族の悩みは大きいと思われます。行動特性を知り正しく対応することが、介護者を楽にし、認知症の進行を遅らせることにつながります。

＜ご飯まだ？＞

夕食後30分もたたないのに「ご飯まだ？」と聞かれたお嫁さん。食べた事実を伝えても、きっと納得はされないでしょう。

▸▸▸ こんなときには、「ごめんね。今ご飯炊いてるから。お腹すいてるならこれでも食べて待っててね。」とバナナやパンなどすぐ口に入るものを食べてもらうのもひとつの方法です。もともと食べているのだから少量で満腹になるし、食べているうちに忘れてしまうので、「ご飯炊けた？」との質問は出ないと思われます。何より自分の思っていることを否定されないことで、情緒も安定を保てます。

＜自宅にいながら、「そろそろ家に帰るわね」＞

お嫁さんが夕食のしたく中、「家に帰らないと。」と荷物をまとめて出かけようとしたＹ子さん。以前、手が離せないとき、外は交通量も多く危険だと判断し玄関から出られないようにしたことがあったそうです。その後Ｙ子さんは、「監禁された」との思いが残り、道行く人に助けを求めるといった行動をとってしまったそうです。

▸▸▸ こんなときには、忙しいけれど家事の手を一旦休めて「それなら送って行きますね」と一緒に外出することが効果的です。…が、なかなかできませんよね。

一生懸命な方ほど「こんなに頑張ってるのにどうして？」と悩むものです。どうか、一人で抱え込まないようになさって下さい。ご家族で役割分担などなさり、ご自分の時間を作り出せるようにしてください。そして私たちヘルパーにもご相談下さい。お力になりたいと思っております。