



認知症

執筆・監修：高田 明和（浜松医科大学名誉教授）

1. 認知症の基礎知識
2. 施設における認知症ケア
3. 認知症の人には意識がない？

1. 認知症の基礎知識

長寿化が進むにつれ、認知症を患う人も多くなりました。

私の知り合いでも物忘れが激しくなったと訴える人が多くいます。人間誰しも、友人や家族そして最愛の配偶者すら認識できなくなってしまう認知症と、その先にある未知の人生を想像すると怖くなるものです。

認知症には原因などによりいくつかの種類がありますが、そのうち 2 種類の認知症の発症率が 8 割を超えます。ひとつは「脳血管性認知症」、もうひとつは「アルツハイマー型認知症（アルツハイマー病）」です。

脳血管性認知症は、脳のいろいろな場所に小さな「脳梗塞」が発生し、認知能力が低下する病気です。アルツハイマー病は、脳内に特殊なたんぱく質が蓄積したり、神経細胞にもつれが発生したりして認知能力が低下する病気です。脳梗塞を起こすとアルツハイマー病の症状が非常に悪くなり、逆にアルツハイマー病の人は非常に脳梗塞を起こしやすくなることから、この 2 種類の認知症を併発する症例も多くみられます。

2. 施設における認知症ケア

さて、認知症になると患者を家族で支えるのが難しくなり、介護施設の力を借りる事になる場合が多いのですが、患者が「特別養護老人ホーム」のような介護施設に入ると認知症の症状は急に悪化する事が知られています。

逆に、患者が家に戻って家族と一緒に生活するようになると、認知症患者に特徴的に見られる暴力的な行動や反抗的な態度が軽快する事が知られています。つまり、家族と触れ合う事で症状は軽快し、病気の進行を遅らせる事ができるのです。ただ、現実問題として認知症の患者の面倒を見ながら家族がつつがなく日々の生活を送るのは非常に難しく、介護施設でケアを受けざるを得ないのが実情です。

そんな中、最近「ユマニチュード」という方法が認知症の患者に安心を与え、生活態度を改善させるという事がわかり話題になっています。

ユマニチュードはフランス語で「人間らしさ」を意味する言葉で、いわば「人間らしさを取り戻す方法」といえます。「人とは何か」「ケアをする人とは何か」を問う哲学と、それに基づく実践的な技術から成り立っています。

具体的には、「見る」「話す」「触れる」「立つ」という人間の特性に働きかけ、ケアを受ける人に「自分は人間である」という事を思い出してもらうのです。そして、ケアを通じて、言葉によるコミュニケーションが難しい人とよい関係を築いていきます。

ユマニチュードによって、

- ・攻撃的だった人がケアを受け入れるようになった
 - ・言葉を発しなかった人が再び話すようになった
 - ・寝たきりの状態だった人が立ち上がり、歩けるようになった
- などの症状の改善がみられたという声が上がっています。

ユマニチュードの 具体例

- 相手を真正面から見つめる
(「あなたに関心がある」という意思表示になります)
- 優しく触れ(不信感・不快感をもたれないよう声をかけてから触れるようにします)、穏やかに話しかける(相手の反応がなくても、こちらから話しかけ続ける事が大切です)

3. 認知症の人には意識がない？

認知症患者にきつく接したり、ぞんざいに扱う例がしばしば見られます。この問題の根底には、認知症という病気に対する理解不足による「彼らには物事を理解する能力がなく問いかけに反応できるわけがない」という思い込みがあります。

私の叔母も認知症になり、寝たきりになりました。あまりに静かに寝ているので、家族は手を握り、「もし私だとわかったら握り返して」とお願いしてみました。何の反応もありませんでした。

本当に叔母には意識がなかったのでしょうか。

英国のオックスフォード大学のオーエン教授は植物人間で意識がなく、何を聞いても答えない人に、「あなたのお父さんの名前はアダムですか。もし“Yes”なら、テニスをやっている状態を思い浮かべてください。もし“No”なら今、家の居間で動いている状態を思い浮かべてください」と伝えました。すると、脳内の活動の変化が測定できたのです。

運動の様子を思い浮かべる場合には前頭前野の運動前野が活性化し、居間で動いている状態を思い浮かべる時には側頭葉の海馬傍回が活性化している事が知られています。こういった方法で、色々な質問に対しての“Yes”“No”を知ることができ、本人の意思を確認し意思の疎通を図ることができるのです。

これは、言葉を発する事も動く事もできない人でも外界を認識している事を意味しています。そして、感情（心）を意識の産物と捉えるなら、彼らにはちゃんと感情があって、色んな事を訴えようとしているのかもしれないかもしれません。呼びかけに答えられないと思われている認知症の人も、ある程度周囲の状況を感じ取って何か考えているのです。

愛情をもって認知症の人に接すれば、まったく感情を失ってしまったかのように見える認知症患者と意思疎通できるかもしれないのです。

私たちは認知症の人たちを、物事を理解できない人たちだと考えてしまう事があります。彼らの事を、周囲の事が理解できてはいるが状況に反応し、適切に表現ができない状態なのだと考える事ができれば、認知力の低下でいちばん傷ついている彼らの苦しみを理解でき、認知症の改善にもつなげられるのではないのでしょうか。