

○認知症に関するかかりつけ医の疑問に答える

認知症に対する介護

介護家族への教育をどのようにすべきですか

回答者 山下 真理子

はじめに

認知症における「治療的」関わりは、通常の病気のように治す、あるいは症状を軽減するという意味での「治療的」ではなく、罹患後のご本人と家族の生活や人生を「支援していくための様々な試み」といってよい。その中で、家族が認知症のご本人を理解し、上手に支援していくるように主治医が介入することは、結果的にご本人を支援することに繋がる。

家族の置かれる状況の理解

大切な家族のひとりが認知症であると診断されても、家族はすぐに受け容れられない。認知症であることの受容も、通常の障害受容のプロセスに似た経過（驚愕 否認 怒り 抑うつ 適応 再起）をたどる。ただ、どの家族もこのプロセスをたどるとは限らず、途中で頓挫したり、新たな局面が展開して何度もプロセスが繰り返されることもある。

また、介護家族には、経済的・身体的負担だけでなく、様々な生活上の変化や課題が持ちあがる（表）。とりわけ、大切な人が認知症によって徐々に変貌して、その方だけでなくいき、情緒的交流や親密なコミュニケーションが不可能になることは、その方が目の前にいるにもかかわらず、すでに、その方を「亡くした」と同じような深刻な悲哀や寂寥感を惹起する。こういった家族の置かれる状況や心情をまず、認識しておく必要がある。

家族教育のポイント・家族の主体性を尊重・

(1) ご本人の状態を理解する手助けを

家族は認知症に対する不安を抱えながら、毎日、その方の「困った症状」に翻弄されてしまふ。しかし、認知症のご本人も多くの困難に直面し、病識の乏しさはあるものの大きな心理的ストレスにさらされている。不安全感や不安、緊張感、猜疑心や疎外感、戸惑いを感じながらも誰にも言えず、自尊心やプライドのために自分の状態を受け容れることも難しい。このような心理状態は、自分の状態の否定・否認、矮小化、逃避、代償といった心理的防衛機序と相混ざって、行動障害や精神症状を複雑化する。家族には、ご本人の状態について、医学的観点から病態を理解してもらうだけでなく、こういった心理的側面も交えながら一緒に考えてもらう。理解が深まり、家族がご本人の症状や問題を別の視点から見直すことができるようになると、その方への対応も工夫改善していけるようになる。

介護家族が直面する生活上の変化と課題

- ・ 身体的、経済的負担の増加
- ・ 家族内の役割の変化
- ・ 大事なことで決断を迫られる重圧感
- ・ 趣味や仕事を放棄しなければならない自己犠牲や無念感
- ・ 社交的生活からの孤立
- ・ 家族内人間関係の軋轢
- ・ 医療介護の関係者との煩雑な人間関係への対応
- ・ 将来の生活設計の断念や変更
- ・ 施設入所に際して感じる罪悪感
- ・ 大切な人が病気になったことの“意味”を問い続けて逡巡する気持ち
- ・ 大切な人を認知症のために“失う”悲哀や寂寥感

(2) 社会資源やサービスの上質な活用の指導

認知症の段階によって、介護支援の内容は変わる。いずれの場合も、ご本人ができる限り、その方らしく、生活できるように介護支援計画を立てていくことが基本になる。家族には多様な社会資源や介護サービスに関する確な情報を逐次提供し、介護で疲弊しないうちに、早め早めにサービスを活用していくことを勧める。また、必要であれば、家族を適切な相談機関などにつなぎ、介護に関わる他職種のスタッフからも多面的に家族に説明や指導を行ってもらおう。私は介護家族同士の貴重な情報交換の場である家族会についても、支援の一環として紹介している。

(3) 病期全般の説明により長期的展望が可能に

臨床診断がほぼついた時点で、その病気のたどる全経過について概略を家族に説明しておく。これは家族が先々のことを配慮して生活設計を

立て、見通しを持った介護ができるようにするためである。さらに、やがて訪れる終末期の状況についても、あらかじめ予想される問題点を説明している。家族には、ご本人の終末期の過ごし方や最期の迎え方などについて、医療的対応も含めて、前もって家族内で（できればご本人も含めて）よく話し合い、互いの意向を確認しておいてもらうことを勧めている。

おわりに

私の場合、必要であれば、2～3回に1回は家族だけで来院してもらい、日頃の苦労をねぎらいながらゆっくり話を聞くという診療を行っている。介護の主体は家族である。家族教育の目標は、家族自らがご本人のために最良の支援を考案し、その実現のために上手に社会資源や介護サービスを選択活用できるようにもたらすことである。

（大阪市社会福祉研修・情報センター）

嘱託相談医）

文献

- 1) Cheston, R., Bender, M.: Understanding dementia. Jessica Kingsley Publisher, London(2004)
- 2) Pietro, M.S., Ostuni, E.: Successful Communication with Persons with Alzheimer's Disease(小林敏子監訳 山下真理子翻訳:痴呆を生きる人とのコミュニケーション ショーン・マニョアル、じほう、東京、2004年)
- 3) 齊藤正彦:親の「ぼけ」に気づいたら、文春新書 東京、2005年
- 4) 山下真理子ら:介護家族の視点からみた認知症高齢者の終末期医療:その現状と課題、認知症ケア学会誌、16(1)、69～77(2007)
- 5) 山下真理子:認知症患者の介護と家族への介護指導、Medicina、44(6)、1150～1153(2007)