



## 大切な人たちを守るためにできる事はなんでもしよう。.....

ちょうど一年前から始まった新型コロナウイルスの流行は、未知のウイルスという初めての経験からくる“不安”と“恐れ”、呼吸器感染以外に血管障害による様々な全身症状の出現、場当たりの対策、混乱するマスク情報などにもかかわらず、私たちは、大切な人たちを守ろうと“できることは何でもしよう”とマスク、消毒、換気に頑張りました。それは、認知症の人本人も同様で、マスクの不快感にはずしたがる人もいましたが、大部分の人が、“マスクしなきゃあね”と、頑張ってくれました。

“あんたたちも（スタッフのこと）大変だね”と励ましてくれました。認知症の人の能力で最後まで保たれると言われる“社会的な振る舞い（社会性の保持：上手に挨拶をするなど）”によるものでしたが、それは、無条件に発揮されるものではなく、スタッフたちの感染を防ぐという振る舞い、周りの様子に影響されるものです。スタッフたちが、毎日のように衝立や扇風機やサーキュ

レーター的位置を工夫し、頻回に机などを消毒している姿の反映と考えます。

“人という環境”が大事なものは、日々の過ごし方でも影響が出てきます。以前、周りの雰囲気に対して落ち着かなくなると部屋の外へ出て行こうとする人 A さんがいました。スタッフが慌てて追いかけて上手に連れて帰っても、参加者仲間は、“勝手に出て行ってスタッフに迷惑をかける人”と思いがちで、そんな発言も見られました。

ところが、関わり方を話し合っ、部屋から出たらスタッフがついていくところまでは同じでも、歩きながら話し合っ、駅前の公園まで出かけることにして、少し日向ぼっこをして “暖かくて気持ちよかったよ”と帰ってくると、他の参加者も “僕たちも散歩へ行きたいね”とグループに分かれて散歩に行きました。A さんの散歩は、意味のない一人歩きから、散歩したら気持ちよかったよと伝える役割に変わりました。スタッフが一人歩き中の A さんの気持ちを推し量ることができたからでした。

## 一緒に歩いたらいいだけの事。

“一人歩き（徘徊）”と呼ばれるか？ “散歩に出かけた人”と呼ばれるか？ いつも上手く行くわけではないとしても、問題でないことを、できるだけ問題にしないようにして、一緒に歩いたらいいだけのことというのは、十数年前にスタッフと訪れたデンマークで学んだ考え方で、ケアの基本中の基本です。

また、ある若年認知症の男性は、他院で治療を受けておられましたが、転院後に投与した薬で気持ちが落ち着いて、最近クリニックのデイサービスに来始めました。

些細なことで激怒していましたが、少量の薬の効果で、楽しそうに過ごしています。どこかの会場にいるという理解ですが、“ここは、そんなことをするところですか？”と、毎回、ニコニコと新たに驚いてくれている。頑固だが心優しい高齢の男性は、漢方薬の服用で、イライラ感が減って、何人にも“ありがとう”と感謝してくれている。コロナの前も今も、できるだけケアも薬もベストな治療法をさがして行きます。

## 適切な治療とケアの環境、家族への支援

『私たちは、適切な治療とケアの環境、家族への支援を提供することによって、患者さんと家族が尊厳を保ちながら暮らすことができることを信じて、最大限の努力を行います。』というクリニックの理念から始まり、『私たちは、病気を抱えながらも「今」を生きる人たちを全力で応援し、出来なくなってきたことがあってもそれを

受け入れ、今、出来ることへと変えるケアを行います。その人の可能性を諦めず、そのための工夫も惜しみません。』という、デイサービスセンターの理念が続きます。『地道なことは打たれ強い』二つの理念を守りながら、地道な関わりを続けて行きます。



# 入浴・更衣についての ワンポイント



入ったと思ったらすぐ上がってくる、洗い場やタオルが濡れていない、髪や体を洗っている様子がない、脱いだ服が洗濯機に入っていない、などの変化が「入れていないのかな?」と気づく最初のサインです。

他にも、入るのを嫌がったり、面倒だと言われることが増えるなども見逃してはいけません。

また、入浴を嫌がることと、衣類の選び方や、脱いだり着たりする行為には深い関係があることも忘れてはいけません。

例えば、入浴するには、必ず服を脱がなければなりません。その時の動作でスムーズにいかないことがあると「もう入るのは嫌だ」と思ってしまい、気持ちよくお風呂へ入ると

いうことから、ほど遠い結果を招いてしまいます。

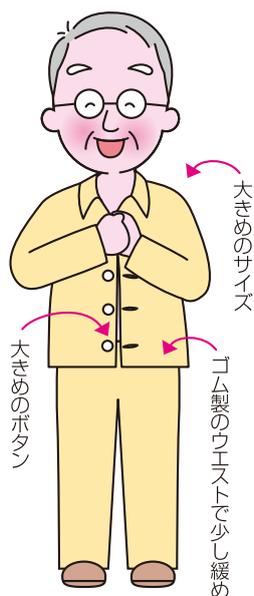
また、これは認知症の人に限ったことではなく、人はだれでも、「肌を出す」ということ自体にとっても不安を感じるのだということも覚えておきたいことですね。



## ワンポイント

これが、服を何枚も重ね着してしまうということにつながるのです。本人は「寒い」と言われますが、そればかりではなく「露出」が不安になり、着ることで安心するのですね。





## 「衣類の選択」

一般的に脱ぎ着しやすい服を紹介します。

- ♥ 前開きのものが比較的わかりやすいのですが、認知症の症状である「失行」を考えると、ボタンが留めにくく、難しくなります。一方、かぶりの服は前後がわかりづらく、後ろボタンやリボンなどの装飾も苦手になります。
- ♥ ボタンのある服の場合は、**できるだけボタンの大きいもので安心できます。**
- ♥ ウエストは、少し更衣に時間がかかるように感じたら、**ゴム製のウエストで若干緩めの方がスムーズです。**ただ、男性であればベルトなどを大切に考えておられる方も多いので、ご本人の様子に合わせて変えていくことが大切です。
- ♥ **伸縮性があり肌触りのよいもので、手や足を通す時に、サラリと通る方がストレスなく先の動きに進めます。**ひとつ大きめのサイズを選ぶこともいいでしょう。

## 「衣類の脱着」

- ♥ 覚えておきたいコツは、「**脱ぐときは動きやすい側から、着る時は動きにくい側から**」(＝脱健・着患)です。これは、片麻痺のある方の原則なのですが、覚えておいていただくと役に立つことがあります。
- ♥ また、どのように着たらいいのかわからない時には、**片方の手を通したり、足を通したりすることで、それがきっかけとなり、そのあとの動作を続けることもできます。**
- ♥ 衣類を選び出すことができなくなるだけでも更衣はできなくなります。次に着る服を出して置いておくことであったり、**タンスの中の衣類の数を減らすこと**等で解決することも多いです。



## 「よく起きるトラブル」

**「お風呂上がりには、脱いだ服を着てしまい、新しく用意したものに着替えないことがあります。」**

脱いだものと新しいもののどちらを着れば良いかわからなくなっているのですね。おそらく、多くの方が、きれいに畳んである新しいものは自分の服ではないと思ったりするようです。

浴室へ入られた様子を確認したら、**脱いだものを洗濯機(洗濯カゴ)に入れ、新しいものを脱いだ服のように、あえて崩して置いておくと、迷わず着ることができることが多いのです。**

また、**衣類を着る順に重ねて置いておくこと**で迷わずスムーズに着れることもあります。

