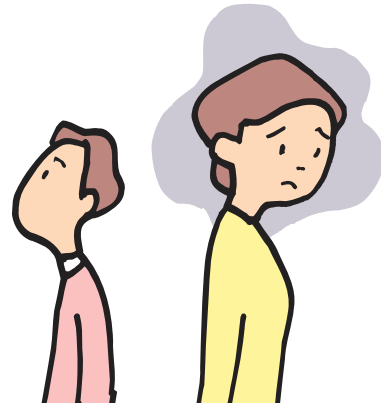




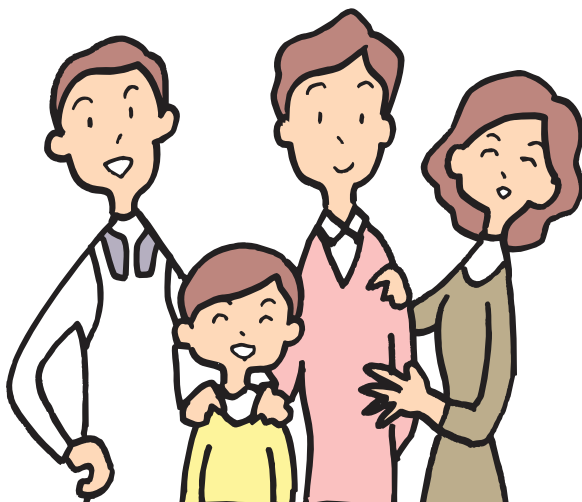
認知症の人の家族の心はどの

家族は、本人の行動の変化に困惑する時期を経て受診に至ります。受診して認知症と診断され、ショックを受けたり、認めたくないと感じる家族もいれば、病気だとわかったことでほっとしたり、真っ先に義務や責任を感じる家族もいます。このようにさまざまな反応があったとしても、介護という現実は何の家族にとっても同じように存在します。



介護をしていると、気分が沈んだり、「なぜ自分が介護をしなければならないのか」と怒りがわいたり、周囲と疎遠になって孤立感を感じたりと、否定的感情もわいてきます。しかし、徐々に介護に慣れて、本人にうまく対応できるようになっていきます。それには、病気に関する知識、介護のノウハウを知ることなどが重要です。同じ立場である介護者同士で話をする 것도大切です。

家族は、介護者としての役割を受け入れる努力を重ねながら、やがては認知症となった本人を受け入れることもできるようになります。しかし、病気になる前までの本人との関係によっては、本人を受け入れることが難しいこともあるかもしれません。



介護が必要でなくなった時には、つらかった介護経験を通して、変化した自分を振り返り、「介護は大変だったが無駄ではなかった」と感じるようにもなります。介護の過程には多くの困難があり、苦しい気持ちを抱くことも多いので、ぜひ、自分の気持ちを聴いてもらえる人を見つけてください。



ように変化していくのでしょうか？

介護者を支援するうえで、介護者の心理状況を理解することが大切です。心理学で、ステージ理論といわれているものがあります。必ずしもすべての介護者に当てはまるわけではなく、このとおりの順に進むわけでもありませんが、最終的に認知症を受容し、前向きに介護を行える参考になるものです。

第1ステージ | 認知症の診断を受けたときや、不可解な行動に気づいたとき

驚き
とまどい
否認

いつもと違う行動に気がつき、驚き、とまどう。
病気だということを認めたくない



第2ステージ | ゆとりがなくなり、追いつめられる

混乱

精神的・身体的に疲弊し、わかってはいるけれど辛くあたってしまう

怒り
拒絶
抑うつ

「なぜ自分が…」 「こんなに頑張っているのに…」と理解してもらえないことに怒りを感じる。認知症の人を拒絶するようになり、そのことで自己嫌悪に陥ったり、うつ状態になったりする。



第3ステージ | なるようにしかならない

あきらめ

怒ったり、いらいらしても仕方がないと気づく。

開き直り

なるようにしかならないと思う。
自分を「よくやっている」と認められるようになる。

適応

認知症の人をありのままに受け入れた対応ができるようになる。



第4ステージ | 認知症の人の世界を認めることができる

理解

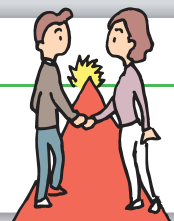
認知症の人の症状を問題としてとらえなくなり、相手の気持ちを深く理解しようとする



第5ステージ | 自己の成長、新たな価値観を見出す

受容

介護の経験を自分の人生で意味あるものとして、位置付ける。自分の経験を社会に生かそうとする。





若年性認知症の親を持つ子どもたち

事例紹介

夫が認知症のHさんには4人の男の子がいます。

Hさんには4人の男の子がいます。夫が認知症と診断されたとき、四男はまだ高校生で、今までと違ってきた父親について口答えをしてしまいました。Hさんは四男にどう対応したらよいか迷っていましたが、大学生の二男が間に入ってうまく調整してくれました。同居している三男は父親の行動に何も言いませんが、あまり頼りにならないとHさんは感じています。このように、兄弟であっても、親の病気の受け止め方や接する態度は違ってきます。



若年性認知症の親を持つ子どもたちは、様々な悩みや問題を抱えます。認知症によって親の様子が徐々に変わっていくことは、子どもに不安を与えます。

子どもたちへの援助は、年代によって異なります。しかし、親の病気について、子どもの理解力に合わせて説明し、子どもが親との時間を悔いなく過ごせるようにすることが大切です。

遺伝について

アルツハイマー病には、30～60歳で発症する若年性家族性アルツハイマー病というタイプがありますが、アルツハイマー病全体の5%以下とされています。また、前頭側頭型認知症の一部も家族性ですが、日本ではまれです。ですから、親が認知症になったとしても、子どもがかかる可能性は低いと言えます。

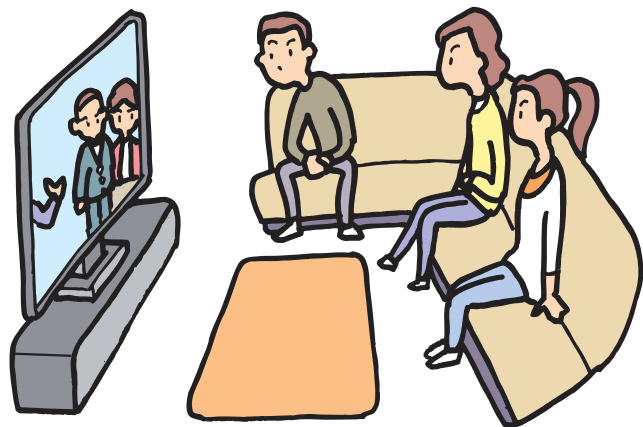


はどのような思いをしているのでしょうか？

事例紹介

妻の認知症について高校生の娘に教えるJさん

Jさんは、飲食店を自営しており、高校生の娘が2人います。妻が認知症と診断された後、娘たちに病気のことを伝えるため、当時上映されていた映画を通じて認知症に触れさせました。テレビで認知症についての番組があれば、録画して娘たちに観るように言いました。母親の状況も説明し、娘たちは認知症を理解した様子でした。Jさんがいないときには、母親と同じ部屋に寝るようになり、失禁への対応もするようになりました。Jさんは、介護によって娘たちの将来に影響を与えたくないと考えています。



Jさんがいないときには、母親と同じ部屋に寝るようになり、失禁への対応もするようになりました。Jさんは、介護によって娘たちの将来に影響を与えたくないと考えています。

子どもの世代は、受験や進学、結婚、出産、子育てなど、人生の大きな節目を迎える時期になります。

介護をしている親は、助けてほしいと思う一方で、子どもには子どもなりの人生を歩んでほしいと願っています。

介護を理由に人生の選択をあきらめることがないように、子どもへの支援は精神的・経済的なことを含め幅広く考えることが大切です。

