

認知症を捉え直す

文筆家
樋口直美
ひぐち なおみ



ある訪問歯科医の言葉が忘れられない。

「患者さんたちの多くは高齢で認知症。せっかく訪ねても治療できないことがあり、悩んでいた。そんな時、『認知症の人は、普通の人』というあなたの話を聞いた。そうか！ それなら、と普通の人にするように目を見て丁寧な挨拶をし、治療の説明をし、承諾を得てから始めるようにしてみると、それだけで拒絶する人は、ほほいなくなつた。言葉など通じないだろうと無言で接していた人にも積極的に笑顔で話し掛けてみると、表情が変わり、感謝や労いの言葉を掛けてくれるようになった。患者さんたちとの会話は面白く、今は訪問が楽しみ」

あなたは、認知症のある人に敬意を持って話し掛けているだろうか？ その人の言葉にじっと耳を傾

けているだろうか？

認知症の診断直後から軽んじられたり、一方的に行動を制限されたりする人は少なくない。本人は、あなたが思うより鋭敏にそれを感じ、傷ついている。不安や孤独に苛まれ、やり場のない怒りも湧く。ストレスは猛毒となり、病気で脆弱になった脳を痛めつけ、病状を一気に悪化させる。

それは、私自身がレビー小体型認知症(レビー小体病)と診断されてから自分の病状を観察・記録し続けて確信したことだ。

周囲からは「愚か」としか見えない言動にも、それを起こして当然の背景(特定の脳機能障害)がある。思考力の低下でもなければ、人格崩壊でもない。

例えば「昨日、何をした？」と問われても私には答えられない。認知症だから忘れる？ 違う。私に

は時間感覚の障害があり、昨日がいつかがわからない。記憶はあつても時間の距離感がなく、いつの記憶なのか見当がつかない。でも手帳を開き「銀座」という文字を見れば、昨日銀座で誰と会い、何を話したかを思い出せる。

予定の相談は、まず今日が何月何日かを確認し、カレンダーを指差しながらであればわかるが、その手順抜きでは混乱に陥る。

逆に言えば、ちょっとした工夫次第で「できない」を「できる」に変えることは可能なのだ。認知症高齢者も例外ではない。外出や料理を止める前に、ど

うすればできるかを一緒に考えてほしい。

広く誤解されているが、認知症は病名ではなく「状態」を表す言葉だ。一度失われた機能を元に戻すことはできないが、状態は、周囲の人の接し方1つで激変する。

私は親しい友人たちと笑い合っている(安心していれる)と症状が目立たなくなることを実感し『私の脳で起こったこと』(改訂版。ちくま文庫)に記した。レビー小体型認知症では、約7割に幻視が出る。しかし問題なく自宅で暮らしている人たちがいる。彼らは幻視を家族と一緒に楽しんでいる。「何が見えるの？」と家族は知的好奇心と敬意を持って積極的に聞く。「へ」。そんな可愛い子が見えるなんていいね」と、幻視をネタに一緒に笑い合っている。

私も次々と現れるリアルな幻覚(幻視、幻聴、幻臭、体感幻覚)に最初は怯えた。人に知られたら終わりだと思い、必死で隠した。でもそれは、浅はかな私の偏見だった。

自分の病状を観察するうちに、幻覚と私の精神・人格・思考力とは何の関係もないとわかった。単なる「脳の誤作動」なのだと理解してからは、苦悩も恐怖も消えた。すべての幻覚は本物そっくりなので、区別がつかずに戸惑うが、今では平和に共存している。認知症の診断を受けた人を苦しめるのは症状ではない。「劣った人」「おかしい人」と見なされ、一人の対等な人間として扱われなくなることだ。

もちろん介護は容易ではない。ただ、人災としての介護困難に陥る前に、まず「認知症」を捉え直してほしい。

それが、あなたの大切な人、将来のあなた自身を必ず救うことになるはずだ。



時の調べ Essay

略歴
1962年生まれ。文筆家。レビー小体病当事者。
50歳でレビー小体型認知症と診断され、多様な脳機能障害、幻覚、嗅覚障害、自律神経症状などがあるが、思考力は保たれ執筆活動を続けている。著書に『誤作動する脳』(医学書院 シリーズ ケアをひらく)、『私の脳で起こったこと』(ブックマン社)ちくま文庫。日本医学ジャーナリスト協会賞優秀賞受賞、『できる』と『できない』の間の人(晶文社)他。『認知症世界の歩き方』(ライツ社)監修。『VR認知症レビー小体病 幻視編』(シルバード)脚本、制作協力。