

スウェーデン認知症ケアの第一人者による来日講演 認知症という病気の特徴と補助器具によるケア

スウェーデンの認知症ケアに関する第一人者、インゲ・ダーレンボルグ氏による講演会が、三月二十三日、東京の大田区消費者生活センターで開催されました。インゲ・ダーレンボルグ氏が認知症という病気の特徴を解説するとともに、実際にスウェーデンで実践されている補助器具による認知症高齢者の支援などについて紹介されました。その模様をレポートします。

認知症を理解するための三つの観点

今回の講演会は、福祉用具のレンタルや販売、住宅リフォームなどを手がける株式会社フジヤマサービスが開催したもの。フジヤマサービスは、年十回ほど、福祉に関する公開勉強会を行っています。インゲ・ダーレンボルグ氏の講演会もその一環です。



挨拶をされる主催者の三縄浩司・代表取締役。

会場には、ホームヘルパー、ケアマネジャー、看護師、保健師、有料老人ホーム等施設の施設長など、十六名が詰めかけて、満席状態でした。地元のケーブルテレビ局「大田ケーブルテレビ」の取材も入り、翌日、「デイリー大田」という情報番組の中で紹介されたそうです。

講演会では、まず、株式会社フジヤマサービス代表取締役の三縄浩司氏より挨拶がありました。続いて、コーディネートをした株式会社タムラプランニングアンドオペレーティングの代表取締役、田村孝氏より、講師のインゲ・ダーレンボルグ氏と通訳のトモコ・ハンセン氏の紹介がありました。

インゲ・ダーレンボルグ氏は、ス

ウェーデン認知症連盟理事長を務められたこともある認知症ケアの第一人者です。大学や市町村の研修の講師、認知症ケア施策に関するアドバイザー、認知症高齢者用の補助器具のコンサルタントなどで、スウェーデンはもとより、スカンジナビア半島をまたにかけて活躍されています。

最初に、ご自身が住んでいらっしゃる場所を写真で紹介されましたが、うっそうとした森の中の一軒家。水泳や釣りを楽しめる湖に面した自然あふれる環境は、まさに北欧のイメージぴったりでした。

福祉先進国の認知症ケアのプロですが、実は日本の高齢者福祉の事情にも精通しておられます。実は、今回の来日が十五回目になられるので

す。日本の実状を踏まえつつ、スウェーデンの認知症ケアについて、直接ホームに向いて、講演、研修、実技指導なども行なっておられます。

主に認知症ケアの実務者を対象にした今回のテーマは、「認知症という病気はどういう病気か」。補助器具をどう使いながら、認知症の人を支えていくかに焦点を当てて、話していかれました。

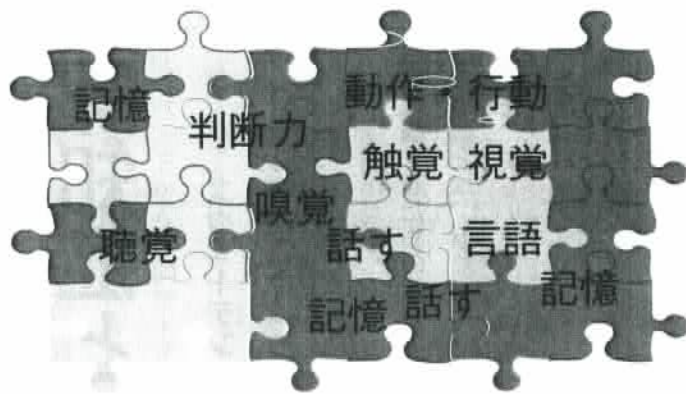
インゲ氏は、「認知症を正しく理解するためには、三つの観点から見る」と、よくわかる」と説かれます。

第一に「家族の立場」、第二に「医師の立場」、第三に「患者・本人の立場」です。

特に、理解しにくいのが、「患者・本人の立場」ではないでしょうか。

脳の働きは？

(図1)



インゲ・ダーレンボルグ Inge Dahlenborg

1949年、デンマーク生まれ。スウェーデンの福祉部長や同市シューヘーラード地区の福祉プロジェクトリーダーを経て、高齢者・障害者ケアコンサルタントとして独立。認知症患者への介護・支援分野での教育とケアの発展に関するコンサルタントや講演を行なっている。スウェーデン認知症連盟理事やバルベイ市認知症家族サポート会副理事長も務めており、認知症高齢者の発症メカニズムの解説や的確なプログラムの作成など、その指導方法には定評がある。その一方で、認知症高齢者の補助器具のエキスパートとして、スウェーデン補助器具協会プロジェクトに参加し、認知症高齢者に最適な補助器具の普及活動を行なっている。さらには、大学や専門学校の講師として看護・介護職員の育成も行なっている。2006年より、スウェーデン認知症ケア国家プラン作成委員会の委員。作業療法士。

そこで、インゲ氏が紹介されたのが、アルツハイマー病になった人の記録映像です。その中に登場するアルツハイマー病の高齢者は、「自分ではまだいろんなことができると思っっている。でも何かが邪魔をして、うまくできない」と赤裸々に吐露されていました。

「できると思って、できないというのは、どんな気持ちでしょうか」とインゲ氏は問いかけられます。そして、その残された能力をうまく引き出すのが私たちの役割だとも、おっしゃいました。

認知症という病気の捉え方

人間の脳はいったいどのように活動しているのか。その問いに、インゲ氏は図1のスライドを示されました。ジグソーパズルです。「脳はパズルのようなものだ」というのです。パズルのそれぞれのピース同士は協力し合いながら、機能を果たしています。脳の機能を果たすには、パズルのピースが全部ないといけません。一つだけ、なくなってしまうと、「自分でできているのに、うまくできない」ということになるのです。

例えば「お母さんの所へ帰らなくては」と言っただけで家を出ようとする認知症高齢者がいますが、それは昔の事はよく覚えていたからです。つまり、長期記憶は残りやすいのです。一方、同じ事を何回も訊くのは、短期記憶の機能がなくなっているからです。

このパズルの壊れて無くなってしまったピースを治したり、再び埋めたりすることはできません。段々無くなっていくことになります。

それでは、どうするか。インゲ氏は「周りの人間が変わっていかねばいけない。パズルの残っている所を引き出すように接していくこと」とおっしゃいました。

例えば、ハンガーにかけるという行為は、私たちににとっては目をつぶってもできるほど、簡単なことです。しかし、インゲ氏が紹介されたアルツハイマー病の方の記録映像では、患者の方は試みるものの、ハンガーにかけることができず、あきらめて床に置かれていました。ハンガーという物もかけるという行為も理解しているのですが、かけることができないのです。認知症の人の家に行くとき、ごちゃごちゃしてるのは、そのためです。

そこで、認知症高齢者の方が自分でハンガーにかけるようにするには、周辺環境を整えることだと、インゲ氏は説かれました。上着は壁にかけるだけにするとか、カゴに入れるようにするとか、簡単にわかりやすくしてあげるといふことです。

その際、その方が、もともとはハ



参加者の間を歩き回り、ときに話しかけられて、熱弁をふるわれるインゲ・ダーレンボルグ氏。



写真やビデオを駆使して解説された講演のようす。

早い時期にアルツハイマー病を発病する
若年性認知症（65歳以下）（図2）

忍び寄るように発病する

初期の症状：

- ・ 記憶能力の低下
- ・ 失行／行動障害
- ・ 問題解決能力＝失行能力の低下
- ・ ストレスに弱い

65歳以上で発病するアルツハイマー病
忍び寄るように発病する（図3）

記憶能力の低下が目立つ

記憶障害	時間への理解
自覚	行動力
ストレスに敏感	見当識障害
計画性	人格変化
集中力	
学習・暗記力	失語症
操作、扱い方（道具など）	
物に対する認識力	
物理的に物事が考えられない	
理由・結果が理解できない	

インゲ氏をかける人だったのか、それとも以前からハンガーにかけず、服を脱ぎっぱなしにする人だったのかを知ることは、つまり、生活歴を知ることが重要になってきます。認知症に関わる人は、一人ひとりの生活歴を理解することが必要不可欠だと、インゲ氏は強調されました。

認知症に見られる症状

次に、インゲ氏が紹介されたのは、六十五歳以下で認知症を発症した方の一般的な症状（図2）と、六十五歳以上の方の症状（図3）です。特に、

認知症の方はストレスに非常に弱いと強調されました。

六十五歳以上の認知症の方の場合には、記憶力の低下がいちばん目立つそうです。ここで紹介された記録映像では、妻に「水を持ってきて」と言われた認知症の夫が、最初、コップとナイフを持ってきました。再度、促された夫は花瓶に水を入れて持ってきます。その際、部屋を間違えたり、水を出しっぱなしにしたりしています。

こうした認知症かどうかを調べる

ために、スウェーデンではMMSEテストというものを実施しているそうです。そのテストによって、認知症の程度を「軽度」「中程度」「重度」の三つに分けて考えています。十年から十五年かけて、徐々に脳の機能を失っていき、症状が重くなってくる（次ページ・図4）。

認知症が進行していくカーブをゆるやかにするため、スウェーデンでは早期診断を実施しています。早く診断することで、薬の効果が現れやすいからです（次ページ・図5）。

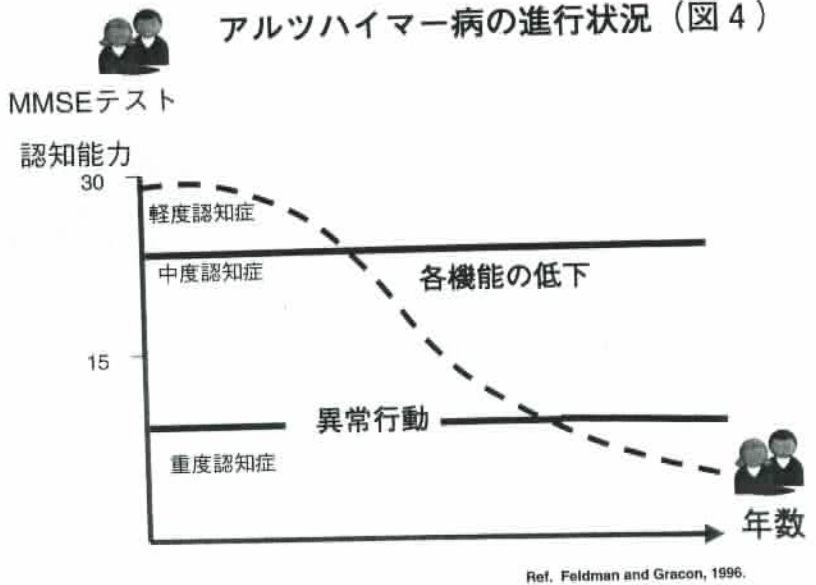
とはいえ、認知症を完治する薬はまだありません。あくまでも症状を和らげる薬です。スウェーデンでは現在、四種類が使用されているそうです。

認知症患者や家族のための補助器具

認知症の方には、薬の服用と同時に、補助器具を使うこととなります。そこで、インゲ氏は様々な補助器具を示され、紹介していかれました。

鍵をどこに置いたか、分からなくなる人のために、ボタンを押すと、ピーピーと音を出して所在を知らせ

アルツハイマー病の進行状況 (図4)



Ref. Feldman and Gracon, 1996.

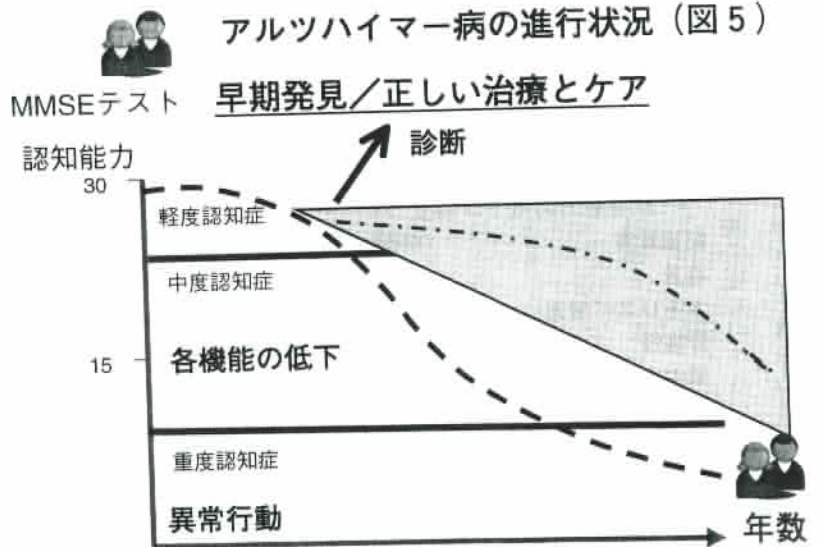
る器具、電池を入れておけば自動的に変わるカレンダーなどです。
薬の服用を忘れる人や服用したかどうかを忘れる人のためには、薬を入れてセットしておくと、服用時間にピーピーという音とライトで知らせ、必要な分の薬が出てくる器具がありました。

また、番号を押して電話をかけることも認知症の方には難しい行為の

一つですが、そんな方のために、顔写真の付いたボタンを押せば、その人のところへ電話をかけられる電話機が実用化されています。番号のボタンもありますが、認知症の方が混乱しないように、番号の部分を見えなくするようにしています。

出かけるときに玄関のドアに鍵をかけたかどうかを忘れる人のための補助器具もあります。鍵にキーホル

アルツハイマー病の進行状況 (図5)



Ref. Feldman and Gracon, 1996.

ダーのように付けておき、鍵のマークが表示されていれば鍵をかけたことがわかるというものです。

時計を見ても何時なのか理解できなくなつた人には、ボタンを押すと、音声で日時を答えてくれる補助器具が、スウェーデンでは使われています。

そうした電子機器だけでなく、ホワイトボードなども補助器具として有効に活用できるとインゲ氏は紹介

されました。ホワイトボードにスケジュールを書いておけば、認知症の方が何時頃、何が起こるかがわかります。タンスに服の種類を書いた名札を貼ったり、食器棚に器の形のイラストや器の写真などと名札を貼ったりしておくことも有効です。

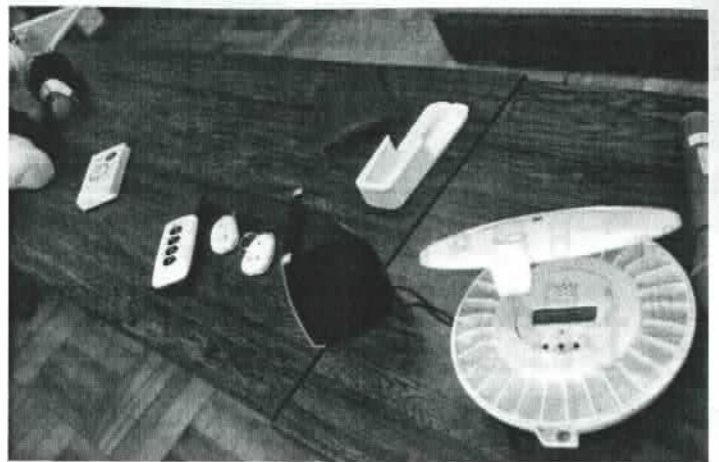
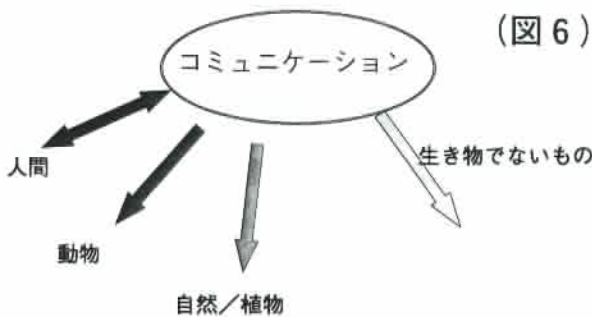
その人が何が好きかといったことを記入した記録帳も、他の施設や介護者に情報を伝えることができる一つの補助器具です。

介護者の服装も補助器具と言えるかもしれません。というのも、お年寄りには誰が支援者なのかわかりません。仕事に適した服装や名札を身に付けることはもちろんですが、例えば支援者は赤いTシャツにするなど、統一すれば、より分かりやすくなります。そして、誰もが同じ手順でケアをすることも大事だと、インゲ氏は説かれました。

重度の認知症患者への支援

もちろん、ここで紹介された補助器具は、その人を支えるチームの中で検討され、決定していきます。ですから、認知症の度合いによって、

重度の認知症患者とのコミュニケーション



実際にスウェーデンで使用されている補助器具の数々。



重度の人にも補助器具として使われている人形を抱くインゲ氏と通訳のトモコ・ハンセン氏。

人間同士のコミュニケーション、対話はお互いの脳が非常に活発で、

補助器具も変わってきます。特に「重度の人」の場合は、補助器具や我々の支援はまったく違うものになる」と、インゲ氏は述べられました。「パズルのピースがほとんどない人の場合は、アクティブかどうかではなく、いかにその人が質の高いQOLで気分良く毎日を送っていただけかを考える」というのです。したがって、周辺環境が非常に重要になります。そこで、「私たちはこれを重度の人の補助器具と呼んでいる」と言って、インゲ氏が示されたのが図6です。

人間同士のコミュニケーション、対話はお互いの脳が非常に活発で、

パズルが揃っていないと難しいものです。ところが、「重度の人でも、自然や動物はこちらに対して要求が厳しくないのです、接することが楽で、リラックスできる」そうです。スウェーデンでは、こうした犬や猫、人形などを認知症ケアの補助器具として、たくさん使っているようです。実際、「目が合いやすく作られている、この人形を使うと、コミュニケーションをとりやすい」とのこと。しかも女性だけでなく、男性にも効果が出てるといいます。次々に、スライドや記録映像、補助器具などを示されて、認知症について語られた講演会は、アツという間に予定の時間が過ぎ、質疑応答に移っていききました。

参加者の方々は、認知症の方と向き合っておられる実務者の方々がほとんどなので、日頃の疑問や悩みなどを熱心に質問されます。その一つひとつにインゲ氏は丁寧に答えていかれました。和やかな雰囲気の中、二時間にならなれた講演会のアンケート

トには、「もっと時間が欲しかった」「もっと詳しく話を聞きたかった」「また聞きたい」という参加者からの声がありました。そんな講演会の報告は、インゲ氏からのメッセージをお伝えして、終わることにしましょう。「認知症という病気は、場合によっては恥ずかしいものだと思います、隠してしまったりします。ですから、表面に出てこないものがたくさんあります。しかし、私たちは家族に認知症がいるから恥ずかしいとか、隠すとかしないで、認知症の人をもっともっと持ち上げるように注目しましょう。皆さん、認知症の人に接した場合には、次のことを必ず覚えておいてください。認知症は脳のいちばん重要なところを侵されてしまった病気であるということです。これから家に帰って、職場とか家庭とかで認知症のケアをなさる方が多いと思います。でも、忘れないでください。私たちは認知症の方が安心して、いい毎日を送れるように、一緒に力を合わせて頑張りましょう」