

岩井歯科クリニックかわら版

No.41 2020.01.

✚ ご挨拶



例年になく穏やかな寒中で、お庭の雪吊りもオブジェと化しておりますが、お変わりありませんか？暖冬とはいえ冷え込む時期もございますので、くれぐれもお身体を大切にお過ごしくださいませようお祈り申し上げます。

✚ その行動の裏には・・・

1月11日放送のNHKスペシャル『認知症の第一人者が認知症になった』をご覧になった方も多いと思います。日本で初めて認知症の早期診断を可能にし、「痴呆（ちほう）」という差別名称を「認知症」に変えるよう提唱した、長谷川和夫先生（90歳）のドキュメンタリーでした。

認知症医療に人生を捧げそれを知り尽くした専門医が、認知症になってしまうという現実。自分が当事者になって変わったこと、気づいたこと。そして症状が進行しても変わらなかったもの。とまどいながらもありのままを受け入れていく、その生き様に圧倒されました。

2013年内閣府がご高齢の方に「生きがい（喜びや楽しみ）」について調査したところ、「食事」という回答が多数をしめました。ただし「食べる」ことひとつとっても、加齢に伴い変化がみられます。例えば、握力や手先の器用さが低下し、食器を落としやすくなる。視力の衰えや視野が狭くなり、色の判別もしづらくなると、黒いお膳の上にあった青いお箸（はし）が見つけられない…など、これらは年齢を重ねれば、誰でも起こりうる状況のひとつです。

これに認知症の進行が加わると、「食べ始めることができない」・「口を開けない」・「途中で食べなくなる」・「いつまでも噛み続ける」など、いろいろな行動が出現してきます。この行動の背景が分らないと、介護する側もされる側もつらいですね。ですから、ただの問題行動と捉えず、その裏にある隠された真意を読み取る必要があるのです。

認知症の方は、常に大きな不安感を抱き混乱しやすい状態にあります。「目の前にあるものが食べ物だと分らない」・「箸やスプーンの使い方が分からず、口まで運べない」・「食べ物の位置関係が認識できない」場合は、調理する音や香り、サンドイッチを手を持ってもらおうといった五感に働きかけて食事を促したり、複数の皿ではなくワンプレートで提供したりと工夫が必要です。

また、「食器の模様が浮き出て見える」・「食事に虫が入っている」と言われるのは幻視や妄想によるものなので、シンプルな食器に変更し、一緒に食事を盛り付けるなど安心感を得られることが大切です。良かれと思って掛けた「ふりかけ」が、小さな虫だと誤解されていたケースもあるようなので、ご注意を。

また言語機能の障害によって、「入れ歯が痛い・歯が痛い」といった口の中の状態を適切に表現することができず、「食べたくない」の一点張り、「口を開けない・食事を中断する」と態度で示されたりするときもあります。認知症が進行すると、口の中の衛生状態が悪化、ケア自体も拒否されることが多くなります。たとえ歯科治療を必要としても、意思疎通が図りにくく、処置は困難を極めます。

「ひとりで自由に動ける間、自分の意志で判断できる間に、口内環境を整えておく」、これこそ将来に備えたリスク管理の方法ではないでしょうか。

長谷川先生の著書：『ボクはやっと認知症のことがわかった 自らも認知症になった専門医が、日本人に伝えたい遺言』が昨年末に発刊、ベストセラーとなっています。映像を見逃された方は、ご覧になってはいかがでしょうか。

✚ お知らせ



今年当院は、医院開設から30周年を迎えます。これまで多くの方のお力添えとご支援をいただきましたこと、あらためて心より感謝申し上げます。～「あなたも私も、そしてみんなも笑顔でいられること」～この想いを、これからも実践し続けるべく日々精進してまいります。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

（このニュースレターに関する皆様からのご意見・ご感想などをお寄せいただければ幸いです。）