

# 認知症がある方の ありとあらゆる『行動』に 微塵もイラッとしなくなる方法

## No.002

【何度も同じことを聞いてくる】

「看護婦さん、ご飯まだ？」 さっき食べたよ 「そうだったかね」

……5分後

「看護婦さん、ご飯まだ？」 だから、さっき食べたじゃん 「そうかね」

……3分後

「看護婦さん、ご飯まだ？」 もう、これで3回目！ 食べた食べた！ 「……………」

こんな光景になりますかね。

何度も同じことを聞かれると、心じゃ優しく対応しなきゃってわかってても、だんだんイライラしてきませんか。

### ①認知

お腹が空いた。ペコペコだ。

### ②思考

ご飯が食べたい。あの人に聞いてみよう。

### ③行動

「看護婦さん、ご飯まだ？」

①認知で、自分が空腹であると認知します。さっきご飯を食べたばかりでも関係ありません。いまこの瞬間、お腹が空いてるんです。「さっき食べたよ これがあなたが食べてた空の器 ほら、口にご飯つぶまですついてるじゃん！」って事実を伝える対応は、それで心底納得してくださる方にはいいですが、それ以外の方にはまったくもって好ましくありません。だって『認知症』がありますから。

認知症は、その名に冠するとおり『認知できなくなる症状』です。認知っていうとわかりにくいですが、ザックリいうと『認知＝記憶』です。ここはどこ？ いまなんじ？ あれはなに？ あなただれ？ わたしだれ？ あらゆる『記憶』が少しずつ確実に消えていきます。生きたら生きるほど『認知』できるものが世界から減ってくんです。

よく認知症の方は『もの忘れがある』と言われますが、これはぼくらが押し付けた勝手な解釈です。忘れてることを忘れてる方にとっては、もの忘れではなく『未経験』と言うのが、ご本人を理解した正しい言葉です。

「ご飯まだ？」 さっき食べたよ 「ああ、そうだった！」 これがもの忘れです 単なる老化現象です。「ご飯まだ？」 さっき食べたよ 「そんなわけあるか！」 これが未経験 認知症の方が肌で感じている世界です。記憶がない＝未経験ですから、ご本人はマジでホントにマジメに食べてないんです。実際に食べたかどうかは一切関係ありません。

……これ、あんまり書いてて楽しくないです。だって、読んでるあなたは「ふーん ほーほー」って感じじゃないですか？ 言葉にすると簡単ですけど、ご本人は書くのが切ないくらい混迷の真ただ中の中にいます。ぼくらが住んでるこの世界から、あなたが認知できるものがどんどん減り続けていくわけですよ。あなたの好きな人、居心地のよい家、心の友、色あせない思い出、大好物の食事、あらゆるものが「よくわからない」ものに様変わりします。……生きていけますか？ その世界で。

……生きていますよ。認知症がある方は。

①認知で、ご本人が認知している世界を変える術はありません。それに茶々いれるのはやめましょう。看護婦さんと呼ばれたら、もうあなたは看護婦さんなんです。どうか、訂正も笑いもせず、ありのまま受け止めてください。ご飯はさっき食べてても、食べてないんです。だって、記憶がない＝未経験なんですから。「うん、お腹すいたよね ご飯つくるからね」ご自分が生きてる世界から外れていないその言葉を、ご自分の世界にピタッと即した違和感のない言葉を、ご本人は待ってるんじゃないでしょうか。「そうかね ありがとう」そこで得られた返答が、その方の想いに応えられたかどうかの『答え』になると思うんです。

きつとしばらくすれば、その方は再び「ご飯まだ？」ってあなたに尋ねにきます。それがその方がもってる①認知②思考の『力』であり、起こるべくして起きる出来事です。それを、ぼくらがしっかり「わかってる」ことが、大切なんじゃないでしょうか。

……この対応、嘘つきだって思います？

はい、真っ赤な嘘ですね。現場のぼくは、世間から見ればただの嘘つきですよ。胸を張って、誠心誠意ウソをついてます。認知症がある方を理解するって、そういうことだと思えます。ぼくらにとっての現実なんて、事実なんて、真実なんて、くそくらえです。嘘をつく自分にちょっと苦しみながら、心の底では傷つきながら、これからもペテン師になり続けます。

認知症ケアに必要なのは、ぼくらにとっての正しさじゃなく『その方にとっての正しさ』なんですから→No.003に続く