

「認知症世界の歩き方実戦編」：笥 祐介（かけい ゆうすけ） 「霧に消える絶景を脳裏に焼き付けられるか！」【実戦編 ホワイトアウト溪谷】

－PART I 対話編：認知症の方が生きる世界を知り、言葉を交わし、関係を深める－

《この世界には、深い霧と吹雪が、視界とともにその記憶まで真っ白に消し去ってしまう、幻の溪谷があるので
す。》

◆ 視界が消える、記憶が消える

【大切な物が消える、見つからない、何度も買ってしまう理由】

食器棚、クローゼット、トイレの扉、冷蔵庫などこれらの扉が閉まり視界が閉ざされた途端に、そのものの存在が記憶から消えてなくなる、わからなくなることがあります。

認知機能の障害により、「目の前に見えないもの＝存在しないもの」となってしまいます。

【ホワイトアウト溪谷が生み出す日常の問題】

- ① 同じものを何度も買ってしまう。⇒ 冷蔵庫にたくさん卵があっても、何度も買ってしまう。
- ② 生活に必要なものを見つけられなくなる。⇒ トイレの扉が閉まっているとトイレが分からなくなる。棚の扉が閉まっていると予備のトイレットペーパーがわからない。
- ③ 衣類等必要な全てのモノを視界の範囲内に置いておこうとして、部屋が散乱する。⇒ 視界から消えた途端に忘れてしまう。

＊認知症のある方に限らず、多くの方が経験する脳の誤作動です。

◆ 消えるトイレ?!の謎 推理

- ・扉の向こう側にあるものをイメージできない。（特に自宅のようなトイレのサインがない扉など）
- ・トイレのマークが扉に貼ってあってもそれがトイレと認識できない
- ・便座にうまく座れないのは自分と便座との距離を正確に把握できず、失敗してしまう。
- ・モノや空間の奥行の把握、形や大きさ・色の識別が難しくなり、こうした障害により便器の位置や形状を正しく認識できない
- ・白一色など床や壁が便器と同系色だと、このトラブルは起きやすくなります。

【留意点】

認知症により、トイレもできなくなったと一括りにするのではなく、どんな認知機能のトラブルが本人に起きているのか、個別の原因に合わせた対応を心がけることが大切です。

◆ アイデア

- ① 便器・便座のデザインを改める
便器・便座の位置が分かるようにデザインを改めたり、よくわかる色を付けたりすることで解決できる可能性があります。
- ② トイレを示すサイン、表示をわかりやすくする。
 - ・360度見えるサインにする
 - ・大きく認識性が高いサインにする
 - ・小柄な高齢女性でも目に入りやすい高さに設置する
 - ・わかりやすい日本語のサインにする
 - ・わかりやすいビジュアルのサインにする。
- ③ トイレのトビラを常に開放しておく
- ④ 本人と相談して、アラームや排せつ予測ツールを活用する
アラームの設定や機器の装着は、事前に本人に可能な限り相談して本人の意思を尊重すること

【留意点】

「できない」と諦めてしまい、本人が望まない「おむつの装着」など代替手段に頼ることは本人の尊厳を損ないかねません。

多少失敗することがあっても、自立した生活を継続することが、認知機能の維持にもつながります。

次回は 一見簡単に見えるのに、壁にぶつかり、袋小路にはまり、なかなか出口にたどり着かないトンネル【服の袖トンネル】