

「認知症世界の歩き方実戦編」：笥 祐介（かけい ゆうすけ） 「あなたが視覚で得た感覚はどこまで正しいのでしょうか」【実戦編 服の袖トンネル・七変化温泉】

－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－

《自分の思いや意思と身体の動きのズレなどで体が思い通りになんて動かないことや体性感覚が鈍感になったりしてお風呂の心地よさが熱く感じたりヌルと感じたりして不快な感触になり入浴を拒否するようになったりします。》

◆ 服の袖トンネル及び七変化温泉の背景

1. 体を思い通りに動かすのが難しい認知機能障害
 - ① 自分の手足の位置や動かし方がわからないなどの認知機能障害
 - ② 空間を認識する能力など空間認識障害
 - ③ 動作の順番が分からなくなる空間把握認知機能障害
2. 入浴するたびにヌルヌル・冷水・アツアツ感が変わってくる感覚障害
 - ① 視覚・臭覚・感覚などの認知機能障害
 - ② これら感覚器の誤作動によって生じる生活障害
 - ③ 身体の感覚鈍感になって生じる様々な生活障害

◆ 着替えやお入浴トラブルの推理

- ① 服を脱ぎ、お湯を出して、体を洗い……タオルで拭き、服を着る、この一連のプロセスがしんどかったのでは？ ⇒ 時間と神経を使い次の手順に進めらず断念してしまう。
- ② お湯が熱すぎる、冷たすぎると感じたり、ヌルヌルと不快な感触に感じたのでは？ ⇒ 感覚障害による不快感により、生理的に受け付けられなくなってしまう。
- ③ その日はお風呂に入ったと思い込んでいたのでは？ ⇒ 時間感覚や記憶のトラブルによりお風呂に入ったばかりだと思っている。
- ④ 一人ではできない、手伝ってもらふ必要があることが、嫌になってしまったのでは？ ⇒ 体を洗うなど人に手伝ってもらふことが恥ずかしく思っている。

◆ アイデア

1. シャンプー・ボディーソープ類を見直す。水栓、扉・タオルなどを見直す
本人の話をよく聞いて、お風呂の空間やふろ用品をよく観察し、お入浴トラブルの原因を発見し、デザインなどを見直しましょう
・間違いやすいシャンプーとボディーソープの表記を直観的にわかるように表記 ⇒ 容器に「あたま（頭）」や「からだ（体）」大きな文字で表記し、一目でわかるようにする
2. 部屋着やパジャマを見直す
衣服の着脱が難しい原因の場合には、入浴前後に使う部屋着を見直すことが一つの方法です。
・モノの凹凸や奥行を見極められず、袖に手を通すのが難しい場合、袖の入り口部分に目立つ色のテープを縫い付けることが効果的です。
・手・足・首がすっと通るサラサラした素材、腕を動かしやすい伸縮性の素材のほうが着やすい。
3. お風呂の時間を知らせるアラームをかける
時間感覚や記憶のトラブルの場合は、アラームが役に立ちます。
・本人と一緒に、好きな音楽やメッセージとともに「お風呂タイム」を伝えるアラームを設定してみましょう。音楽のちょっとした工夫で、お風呂の時間が本人にとって心待ちになるかもしれません。
4. シャワーにする、体を拭く、近所の銭湯に行くなど他の手段を試す
入浴手段や場所を少し変えることで気分転換ができ、入浴に前向きな気持ちで臨むことができたり、身体や感覚のトラブルを解消できたりする場合があります。
個人の意志を尊重し、ともにいろいろな選択肢を検討し、ともに決めることで、その行為に前向きに取り組めるようになる可能性が高まります。
＊清潔の重要性、お風呂に入る意味を理論的に伝え、説得するのは困難かも