

「認知症世界の歩き方」：笈 祐介（かけい ゆうすけ） 「入浴するたびに温度や・肌触りが変わる不思議な湯が沸き出る【七変化温泉】」

－認知症のある人の頭の中をのぞいてみたら？－

《七変化温泉のお湯は、あるときはしっとり適温で、心も身体もリラックス。あるときはピリリと炭酸質で刺激的、気分もすっきり。ただ、時にはつま先を入れた途端に、思わず飛び跳ねてしまうような熱湯になっていることも。しかし、湧き出る泉質が変化するなんて、本当にあるのでしょうか……？》

変化しているのは、実は、お風呂に入る人間の「身体の感覚」の方なのです。

◆ お風呂はあらゆる感覚のダイバーシティ

- ① 『あるとき、自宅で入浴中に不思議な体験をしました。いつも通り39度にセットして、お風呂に湯をはったのですが、入ってみるといつもと違ってお湯がどうもヌルヌルします。またある日は熱すぎたり、逆に冷たいと感じることもあって「なんだか変だなあ」と思っています。』
- ② 『長年、夜にお風呂に入るのが習慣でしたが「何も気持ち悪い思いや熱さを我慢してまで、入る必要はないじゃないか」と。』

◆ 「お風呂に入りたくない」と嫌がる理由

- ① 体感覚のトラブルで極度に熱く感じる、浴槽に入るとめるっとした不快な感覚があるという方もいます。空間認識や身体機能のトラブルで服の着脱が困難、その介護受けたくないという思いを持っているのかもしれませんが。「自分の中ではお風呂に入ったばかりだ」という感覚のズレや記憶の取り違えの場合もあります。

◆ 味や匂いがしない

- ① コーヒーの香りに包まれるのがわたしの楽しみの1つでしたが、今ではコーヒーのにおいを感じとることができなくなりました。
- ② 朝食のパンをトーストにセットしておいても、おいしそうな香ばしいにおいを感じ取ることができなくなりました。黒焦げになっても匂いがしない。
- ③ 煮物をするときには味見をするのですが「まだ味が染みてないな」とおもってしまい、つい煮すぎたり、醤油やみりん加えすぎて味が変わってしまうことがあります。

◆ 味覚や嗅覚が曖昧になる理由

- ① 舌や鼻を通じて、味や匂いを感じとり、それが脳へと伝わることで、人は「甘い」「酸っぱい」「いいにおい」などと認識します。
- ② こうした感覚器が障害を抱えると、味や匂いに鈍感になったり、反対に敏感に感じたりしてしまいます。この感覚器の誤動作により、通常では考えられない味や匂いを感じることも緒あるようです。
- ③ 塩の匂いから海水浴の思い出が頭によぎったり、温かい味噌汁を飲むと家族の顔が浮かんだりすることも。味覚や嗅覚は、記憶とも密接に関わっています。
- ④ 味覚・嗅覚と記憶との回路が問題を抱えることで、自分の中の「美味しい」記憶の味を再現することが難しくなることもあるようです。

◆ 体温や汗の調節ができなくなったり、体制感覚が敏感になる障害

- ① みんなが「暑い」と言っているときに自分だけ寒さに震えていたり、反対に周りに人が「寒い」と言っているのにわたしだけが熱く感じて汗をかいていることがたびたびあります。
- ② 出かけようとして家を出て車に乗った途端、急にトイレにいきたくなってしまった。数分前までは全く尿意を感じていなかったのです。

◆ トイレを思いがけなく失敗してしまう理由

- ① トイレに間に合わないのも、身体の中の感覚が鈍感になっていることから起こることがあるようです。普段は意識しませんが、人は空腹感や喉の渇き、尿意などを感じる「内臓感覚」が上手く働かないことごとによって、「そろそろトイレに行きたいかもしれない」という微妙な変化が感じ取れず、急に尿意がやってきてしまうのです。
- ② 他には、「いつトイレに行ったのか忘れてしまう」「早めにトイレに行くことが難しい」「扉の向こうがイメージできず場所が分からない」「便器と床が白くて便器の場所が分からない」などがあり、原因によって、対処できる方法も変わってきます。