

認知症の妻を介護されたAさん (90代男性)

妻の優しさと2人で重ねてきた思い出が、介護の力に！



【働きづめだった自分と穏やかな妻】

Aさんの仕事は運送業 全国津々浦々を周り、若いころは働きづめであった。多趣味で人付き合いの良いAさんが家の中心で来客も多く、妻は3人の子供を育てながら夫を支えるおだやかで物静かな人柄であった。

Aさんの定年をきっかけに夫婦2人で過ごす時間を大事にしようといっしょに旅行に出かけるのが老後の共通の趣味となった。国内外 さまざまな場所に2人ででかけた。写真に写るのは2人の笑顔ばかり。

「苦勞をかけた分 これから元気なうちは二人で楽しんで過ごそう」そんな中70歳で妻が脳卒中に倒れた。



【楽しい思い出があるからこそやってこれた】

1度目の脳卒中のあとは 入退院を繰り返すようになった。受診の付き添いや生活の世話が 夫であるAさんの日常となった。妻が80歳をこえた頃 もの忘れの症状が目立ち始めなじみの来客の顔が分からなくなったり何度も同じことを繰り返し訴えるようになった。もともと穏やかな性格で 騒いだり勝手に外に出たりすることはなく人となりが変わることはなかった。

だんだんと身体の動きが悪くなり、下の世話が必要になると本人はそれに気がつかず、介護に抵抗することもあったため途方に暮れた。自分もどうおしめを変えたらよいか困っているのに「なんでそんなことをするの」と言われた時にはどう答えたらよいか分からなかった。

そんな時でも二人であちらこちらへと出かけた楽しい思い出がAさんを支えた。

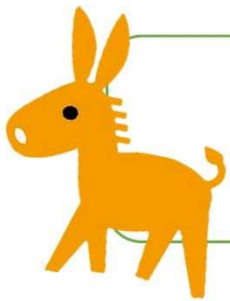


【頼れる時には人を頼って】

介護は自分も大変だったが、長男とお嫁さんが本当によくしてくれた。ただ続けるうちに自分の時間が無くなり疲れを感じるようにもなった。介護保険は申請していたが通所サービスに行くのは本人が嫌がり利用をしていなかった。思い切ってデイサービスに出したら、最初は行き渋っていたが徐々に友達ができ楽しんで出かけるようになった。家族以外にかかわる人ができたことが本人にとっても幸せだったと思う。15年に及ぶ介護であったが「妻が最期を迎えるまでは自分が元気で面倒をみるのができた」という想いがいま介護が必要になった自分を支えている。



※本文は個人が特定されないよう一部加工していますが
ご本人の思いのままを掲載しています



認知症のリアル ～介護は悩まず苦しまず～

23年の長きにわたり認知症の妻を介護されてきた
公益社団法人 認知症の人と家族の会
福井県支部 副代表
グループホームつくし 代表理事 坂井 政明さんより
ご家族を介護される皆さんにエールをいただきました



介護はある日突然に

奥様の様態急変の緊急電話連絡が自宅から会社に入ったのは、坂井さんが働き盛りの42歳の頃
病名はくも膜下出血 奥様は44歳でまだまだ子育てにも手がかかっていた頃
病気のせいで物忘れ症状や幻覚・幻聴 睡眠障害があらわれるようになりました
ときはまだ介護保険創成期であり、介護やサービスについての情報がとにかく不足していた時代
毎日当たり前の生活から急転直下「見ることも聞くこともどうしよう」と不安にさいなまれ
休みのたびに病院に通い「私にできることは何なのか」悩み葛藤する日々が続きました。

退院 さらになる試練

脳出血の治療や再発を繰り返すなか 奥様から
「一生懸命頑張るから家にいたい」といわれた坂井さんは残業を減らすなど勤務調整のほか、
ジョギングをして自身の体調管理をするなどの準備作業を並行し、自宅介護に踏み切りました。
このころの奥様は 徘徊、昼夜逆転、せん妄、感情失禁などの症状があり、介護ストレスの反面、
結婚してから奥様との **かかわりの少なさに改めて気づかされ**、後悔の日々であったといいます。

妻は今なにを求めているのだろう

介護の日々は病院の先生や看護師リハビリ職などたくさんの方の話を聴き
見て、盗み、やってみては失敗の繰り返しだったといいます。

そんな中でも **大切にしたのは奥様との会話**

会話の中から奥様のしたいことを探り、お互いに楽しめることやしたいことを探りました。

奥様を見ることは長期戦ととらえ、できる限り一緒に行動し、多くの人と関わり

感動や喜びを分かち合うことを心掛けるようにしたといいます。

自訓として「**見てやっている**」と捉えず「**人生を共に歩んでいる**」のだと

皆さんに伝えたい

介護はいつ終わりが来るかわからない。

日々のかかわりや、介護が長ければ長いほど心身的にも疲れて、自暴自棄になってしまう。

私の場合は研修に出かける機会や、自身が楽しく過ごすにはどうするかと発想を転換

たくさんの人とかかわることで愛情と心をいただいたと思う。

心の中を人に話すことで「ほ～」 聞いて「そうか」 聴いて「私なんかより大変」

介護者同士で共感することで心は軽くなった。

介護する人は神様でも仏様でもない。辛抱をしすぎず 仕方がないとあきらめずにいてほしい