

# こんにちは 在宅介護支援センター です。。

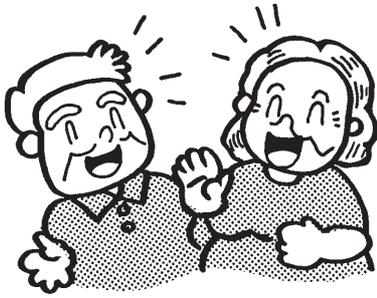
来所・有線電話相談  
月曜日～金曜日 8:30～17:00  
有線 8200  
電話相談(24時間対応)  
電話 62-8200  
尚、お急ぎでない方は、出来るだけ平日の昼間をお願いします。

## 痴呆介護の先輩から体験談

昨年から『痴呆性高齢者の介護』『介護ストレス』について掲載してきました。しかし、同じ人が一人としていないことから教科書通りではなく、介護で抱える問題や介護に対する考え方は、人それぞれ違います。また、夫や妻・嫁など立場によって、今までの歩みによっても違ってきます。今月号は、富士見に在住の方の介護体験談を掲載します。

98歳 男性

老人性痴呆の妻を介護して2年、一年前から物忘れがはじまり、徐々に痴呆症状がでてきた。最初はデイサービスに週1回通っていたが、現在は週5回利用し、本人も、介護している私にとっても落ち着いて過ごしている。今までは、妻と二人そろって長寿の祝いをしてもらったことなど嬉しいと思う瞬間もあった



が、悩んだことや困ったこともあった。自分の体調が悪くなったときに、自分よりも妻の介護を優先しなくてはならなかったことや、一生懸命介護しているにもかかわらず、本人が『死にたい』といって家を飛び出してしまった時は、今まで自分のしてきたことを否定されたようでとても悲しかった。こんな生活では、ストレスも溜まりやすいため、外出や買物で発散させるようにしている。また、なるべく貯めないように、本人はすぐ忘れてしまうので、自分の言いたいことは言うようにしている。

高齢同士だが、これからも妻と共に少しでも良い時間が過ごせることを願っている

介護の先輩から一言

本人は、物事を理解している時もある。おかしいことを言うこともあつた。その事を理解して、様子を見ながら冷静に対応することが大切。比較的良く眠った日は、翌日の調

子が良い。寝る前に興奮させないこと、よく眠れるような雰囲気心がけている。

88歳 男性

老人性痴呆の妻を介護して11年

一昨年他界

小さなことにこだわり始め、徐々に痴呆が進行した。十数年前のこと、福祉サービスも少なく、手探りの状態で介護してきた。デイサービスも当初は行きたくないと思っていたが、介護者の私が、デイサービスに連れて行くなかで、デイサービスに通えるようになった。痴呆が進む中、押し入れや台所でおしっこをしたり、夜になると家に帰るといって出て行くこととすることもあり、大変な時もあった。しかし、妻を介護することが、自分の努め・使命と思え、ストレスや辛さを感じたことはなかったし、時々ニコッと笑顔をを見せてくれると、体の疲れも吹き飛んだ。ただ、困った事と言えば、いろいろ試してみても、どうしていいかわからず、介護に行き詰まりを感じ途方にくれたこと。この時は、介護看護職の方のアドバイスや、やさしい言葉かけに助けられた。他界した今、かえって疲れを感じやすく、心に穴が開いたような、もの寂しさが残っている。

介護の先輩から一言

今までの愛情ある夫婦生活が、介護が必要になってもお互いの絆を揺

るぎないものになっている。元気な時から夫婦、親子、家族が愛情をもって生活し、介護が必要になったら、更に愛情をもって接することが大切。気持ちは相手に伝わる。いやな気持ちで接すると相手に伝わり、介護も空回りする。心を込めて接することが大切。

介護は、看病とは違って、期限が定められているわけではありません。慢性的な疲労感がつもり、こんな生活がいつまで続くのだからと絶望的な気持ちになることもあります。ときには、怒鳴ったり、荒々しくなっている自分に気付いた後で、それを悔いる介護者も少なくありません。しかし、それは一緒に生活してれば当然生まれる感情です。多くの方が、さまざまに思いで介護をされています。痴呆の方が毎日を豊かにその人らしく生きるため、そして家族の負担が少しでも軽くなり自然な介護ができるようにしていきたいものです。

