

Counseling Room

家庭問題カウンセリングルーム

第117回

公益社団法人
家庭問題情報センター

にしだ としお
西田 俊男

認知症が進行していく夫と向き合う

A 子さんの夫は、13年前に定年で退職し、悠々自適の毎日を過ごしていました。ところが最近、変なことばかり言うようになり、A 子さんは夫に腹を立てることが多くなりました。しかし、口論となっても夫は、何ら変わらず同じ仕事を繰り返すため心配になり、カウンセラーの元にやってきました。

カ (カウンセラー) 今日はどんなことでいらっしやいましたか。

A (A子) 最近夫が変なんです。口癖のように、「不安だ、不安だ」と言うのです。

カ 何が不安なのでしょうか。

A 私が聞いても、「分からん」と言うだけなので分からないのです。夫は、小学校の教師で、退職後は書斎で好きな本をよく読んでいました。それが、「あの本が見あたらないが、どうした？」と聞いてくるようになり、探すときに見つかりませんが、30分位経つとまた、「本が見あたらない」と言い出すのです。最近では1日に数回繰り返し返されるし、私が隠したみたいと言われるので嫌になってしまいます。

カ 同じ事を何度も聞いてきて嫌になるのですね。他にも変なことってあるのですか。

A 私を通してあるダンス教室のスケジュールを夫に伝えるのですが、そのことで「言った」「聞いてない」と始まるのです。これも同じことの繰り返しで、うんざりしてしまいます。

カ ご主人は、前から忘れっぽかったのですか。

A いえ、そうではなかったですね。

カ そうすると、いつ頃からですか。

A 1年前、愛犬が死んでからふさぎこみ、何を言っても反応が無くなり、ボーとしていくようになりました。その頃から「頭が変だ」と言い始めました。前は、部屋から出てきて私に指示したり、

買い物や食事に誘ってくれていました。話の筋も通っていて、とても頼もしかったのです。犬が死んでからは私をリードするより私の指示に従う感じで、ボーとしてやる気がなくなりました。私は夫がどんどんダメになっていくような気がして、しつかりして欲しくて、つい言葉がキツくなっていったのです。

カ A 子さんはご主人がダメになってしまったようで不安になったのですね。

A そうなんです。夫の不安が私に移ったのかもしれない。心配で、夫の教え子の医者連れて行ったら、軽いうつ病と言われ、薬を出してもらいました。私は医者に、「夫は毎日不安そうで、物忘れがひどくなってきている」と話したのですが、夫は医者の前では、と

でも楽しそうに昔話をしているのです。それで医者も、認知症の症状はそんなに無くて、単にうつ状態になって注意が外に向かず、忘れっぽいだけ、と言わんです。私は家に帰ってから、他人の前だと良い子ぶって、と声を荒げてしまったのです。

カ お話を聞いていると、ご主人は他人の前だとすましていて以前と変わらなけれど、家に帰ってくると、以前と違い、腹が立つてくるようですね。

A そうなんです。ちょっと前はしっかりとっていて私のことをリードしてくれていたのに、と思ってしまうのです。**カ** 誰でも慣れ親しんでいた人が変わってしまったら、悲しく、悔しくなってしまうと思います。

A そうでしょうか。**カ** そうですよ。A子さんだけではありません。ご主人が変わってしまったら、自分だけ取り残されてしまったように思います。

A そうなんです。置いてきぼりにされたように。

カ 置いてきぼりにされたら、悲しくなると、腹が立ってきます。皆同じです。

A そうですか。自分だけではない、と思うと少しホッとします。

カ 取り残され不安になってしまうから、以前のご主人に戻ってほしいと思うのでしょうか。ご主人は、うつ状態になっ

て回りに関心が無くなり、認知症の症状が出始めたのでしょうか。

A でも、夫が認知症を発症するには、まだ早いと思うのです。私と夫は同じ年です。

カ これは個人差が大きいのですよ。教師を辞め、人と接することが少なくなり、その上愛犬が死んだことが引き金となったのだと思います。一方、Aさんは外にダンスの世界があり、いろいろな人と付き合いがあります。

A ダンス仲間はいろいろな人がいて、楽しく付き合ってきました。

カ それで、ご主人の変化が分かりにくかったのかもしれない。今回ご主人が急に変わってきて離れてしまうように思えて、さびしくなり、腹が立ってきたのだと思います。

A 夫が知らない人になってしまうようでした。本が無いと言っていたのは認知症の始まりかもしれませんね。

カ 本当は、その前から認知症の症状が出てきていたのでしょうか。Aさんが怒ると、ご主人はさらに不安になったのではありませんか。

A 夫は、ビクビクして余計に暗くなりました。

カ なぜ怒られたのか分からないと不安になります。怒られたことだけが残ってしまいます。ご主人の好きな事って読書の他に何かありますか。

A 庭の草花の手入れは楽しそうでした。**カ** そうですか。ご主人一人では難しいので、Aさんが花の苗を準備し、一緒に手入れをしたらどうですか。

A 準備なら私にも手伝えそうです。

カ ご主人も喜ぶと思います。Aさんが話しかけ、手先を使ったりした方が、認知症の進行を遅らせることができるのではないかと思います。ご主人には自尊心がありますので、怒るのでは無く、できる事をやらせて尊重してあげるといいと思います。

A 分かりました。私は自分が取り残されていくようで不安になっていたのですね。夫の今の姿がようやく見えてきました。これからは、できない事に怒るのではなく、できる事を見つけて夫と少しでも一緒に楽しむように過ごしてみます。

カ それがいいですね。

Aさんは、夫が認知症を発症していることをなかなか認めることができませんでした。ようやく諦め、認められるようになりました。今後Aさんは、怒るのでは無く、リードしながら一緒に草花を楽しむ生き方をしていくことでしよう。

