

博士論文要約

認知症とともに生きる高齢者の体験

Experiences of Older People Living with Dementia

岩原由香

Iwahara, Yuka

I. 研究の背景

近年、認知症高齢者数の増加に伴い、認知症高齢者対策は緊要な課題とされている。国では2015年に認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）を策定し、本人主体の医療・介護等の徹底、当事者本人視点に立った援助を重要視している。しかし、認知症施策等の計画づくりへの認知症当事者の参画は、市町村ではわずか数パーセントにとどまっている。したがって、本研究において、認知症高齢者自らが語る日々の暮らしの中での体験を明らかにすることで、当事者の視点に基づいた認知症施策等の計画づくりに資する、基礎的資料となると考える。

II. 研究目的

認知症高齢者が日々の暮らし中でどのような体験をしているのかを当事者の語りから明らかにすることを目的とする。

III. 研究方法

本研究は、ナラティブ・アプローチを用いた質的研究である。研究参加者は、都内の認知症専門医のいる医院1施設で募集した。研究参加者は、本人並びに家族の同意の得られた、認知症と診断された者とし、75歳から90歳の男性3名女性3名、計6名であった。データ収集は、2017年8月～2018年4月に、一人当たり2～3回、合計109～240分の非構造化インタビューを行った。インタビューは、「日々の暮らしの中で大切にしていること、気を付けていることはありますか」と問いかけることから始め、自由に語ってもらった。得られたデータは、参加者が語った出来事、繰り返し語られることに着目してストーリーを維持したまま再構成した。事例毎に研究参加者がどのように意味づけしているのか、どのような文脈で語られているのかを、Riessman (2008/2014) のテーマ分析方法を参考にして、分析、解釈した。本研究は、日本赤十字看護大学研究倫理審査委員会の承認(2017-048)を得て行った。

IV. 結果

1. 矛盾と不条理に満ちた戦争を生き抜き、自然科学者として首尾一貫して生きる

Aさんは90歳の男性である。「首尾一貫」し、「矛盾」の無い、「間違いを起こさない」と

いう自然科学者としての世界観の中で生活してきた。しかし、最近、言葉と行動が首尾一貫しない矛盾している自分に気づき自信を無くす。10代で経験した戦争は、強烈であると同時にすごく複雑であり、説明できない、体験した者でなければ分からない体験である。そして、今の自分の体験や今の世の中についても、説明することが難しい。そのため、同じ体験を共有し、考えていることの分かり合える学友の存在に安心する。戦争を乗り越えてきたことと学友の存在が今も支えとなっている。そして、自然科学者として今までやってきたように、「よくよく考えた結果」、「自然に任せるよりしょうがない」という結論を出していた。

2. 一番であるために、常に次の策を考え実行し続ける

Bさんは81歳の男性で、子供の頃からライバルと切磋琢磨し、トップを走り続けてきた。一流企業の社長として働くようになって、「一番でない駄目」だと思い、一番であることが誇りであった。仕事で講演や執筆をすることが多かったが、言葉が流暢に話せなくなったり、パソコンの操作ができなくなったりして、大切にしていたものが「ストーンと」分からなくなった。友人に勧められて受診するが、記憶が病院にかかることで、だんだんと消し去られていくと感じ、とてもつらい思いをしていた。けれども、自分の業績や大切なものはずっと残っていると思っており、企業の社長として常に前を見て次の策を考えてきた経験から、試行錯誤しながら消し去られてしまったものを入れなおすための策を実行していた。

3. 仲間を大切にしながら、仲間とつながり続ける

Cさんは、80歳の男性で、子供の頃からチームスポーツをやってきた。そのため、仲間を大切に思っており、大人になっても仲間と助け合いながら生きてきた。仕事をやめたことで、日本全国にできた友人となかなか会えなくなってさみしく思っているが、「年が年だから」少ない機会の中で、友人と会うのを楽しみにしている。最近Cさんは、文字や言葉、人の名前が、わかるけれどうまく出てこないこと、どこが怪しげなのか自分ではわからないことにもどかしさを感じ不安になる。Cさんは、デイケアに通うことで、もの忘れを良くしようと人と会うけれどうまくいかない。しかし、困りごとは年だから「しょうがない」と思い、工夫をして仲間と付き合い続けていた。

4. 人との会話を楽しみ、自分で自由に出かけ、一人暮らしを満喫する

Dさんは75歳の女性で、養父母と夫を看取り、娘二人を嫁がせて一人暮らしをしている。「年を取ってくると」いろんなことを忘れてしまい困るけれど、「脳が悪いのはしょうがない」、生活できているので大丈夫だと思っている。Dさんは、一人暮らしを続けていくために人に迷惑をかけることにならないように気を付けている。家族の世話をしなくてよい一人暮らしを生かして、人とのふれあいを楽しむために、デイサービスに通い、会話や歌を楽しんでいる。そして、車の運転はやめたけれども自転車のハンドルに持ち替えて、自由気ままに出かけるようになっていた。

5. 自分にとっての「普通」を確認し続ける

Eさんは、社長令嬢として生まれた81歳の女性である。名門私立中学校入学以来の友達

と現在も交流している。Eさんは、自分にとっての「普通」である友人と交流し続けていることを、誇りに思っている。最近、娘の家に同居するようになったEさんは、自由、広い庭、広い部屋などがなくなり窮屈に感じるようになる。そして、このような状況にあるのは自分だけであると友達と比較し自分だけが違うという答えの出ない自問を繰り返し、落ち着かなくなるが、答えが得られないので問うのをやめている。Eさんは、介護サービス利用時にもお化粧品や装飾品で装い、「普通」であることを確認するために、友達に電話しようと思うことで、気持ちを落ち着かせていた。

6. 辛さを覆い隠す見せかけのプラス思考から前向きな気持ちになってきた

Fさんは86歳の女性で、戦中戦後の混乱期に父と兄を亡くし、結婚後も夫が失踪し娘と二人で生活をしてきた。娘の結婚後、娘夫婦と同居するが娘の夫と折り合いが悪く、老朽化したアパートで独り暮らしをしていた。子供の頃から深いことを考えると自分が参ってしまうから、黙り込んで耐えることで困難に立ち向かってきた。Fさんは、今よりひどいことにならないために、嫌なことには近づかないようにしてきたが、高齢者住宅への転居を機に、安心した暮らしに気が緩んだり、緊張しすぎたりして人に迷惑をかけることがある状態となった。さらに、Fさんは、兄弟がみんな亡くなってしまい「頼れる人がいない独りぼっち」を感じ悲しくなる。このような状況を心配した娘の勧めで、通所介護を利用したところ、元気になったらいろんなことがやりたくなったと前向きな気持ちになっていた。

V. 考察

1. 自己が脅かされる

研究参加者は、日々の暮らしの中で、今まで自分が「普通」だと思っていたことに変化が生じ、今までやっていたことに自信が持てなくなったりできなくなったりしていることを自覚し、さらに、様々な能力の低下も自覚していた。そしてこの状態を、自ら「頭が変」「脳が変」「頭が健康でない」と表現をしていた。これらを自覚すると、自分の行為が正しいとは思いながらもその正しさを確信できなかつたり、どこが間違っているのかわからないもどかしさを感じたりするなど、日々の暮らしの中で自信を喪失していた。このような自信を喪失するような体験を繰り返すことで、過去と今の自己像の不一致が起こり、自らの内部で自分を意味づけていた自己像の一貫性がなくなるという体験につながっていたと考えられた。その結果、研究参加者は、自己の存在が脅かされるように感じていると考えられた。

2. 人生で培ったものをもとに自分であり続ける

「頭が変」「脳が変」「頭が健康でない」状態を自覚した研究参加者は、その状態について、「年だからしょうがない」と語り、今の状況を受け入れようとしていた。「年のせい」という意味づけは、自然な現象で誰にでも起こることで、研究参加者にとっても納得できる理由であった。そのため、「頭が変」「脳が変」「頭が健康でない」状態を、「しょうがない」と受け入れていたと考える。認知機能などの変化に対する受け止め方は、人によって異なってお

り、研究参加者の歩んできた人生や生活背景などによってその意味付けや受け止め方が異なっていると考えられた。さらに研究参加者は、それまで「普通」に行っていたことが難しくなった時に、人生で培った経験や工夫をもとにできる範囲の代替案を考え実行していた。

本研究参加者らは、自己の存在が脅かされる状況であっても、自分のこれまでの人生経験で培った思考や工夫をもとにした手立てを使って、その思いに対峙し乗り越えようとすることで、変わらない自分であり続けようとしていた。自己が脅かされる体験にさらされる認知症高齢者にとって、人生で培ってきた思考や行動が、大切なことを守り、自分であり続けるための方策の一つであることが示唆された。

3. 自分らしさを確認できる存在に支えられる

研究参加者は、今まで自分が「普通」に思っていたことが変化し傷ついたときに、変わらず普通に支えてくれる家族の他に、中学や高校で共に学んだ友人たちを心の支えにしていた。この友人たちは、研究参加者にとって、子供のころに同じ経験をし、時代を生きてきた経験を共有した、何も言わなくても分かり合える存在であり、素の自分でいられる人たちである。研究参加者が今まで経験したことがなく、説明することの難しい今の状況を、何も言わなくても分かってくれると思える同志であった。そしてこれらの友人の存在は、自分が「普通」だと思ってきたことが変化し、自己が脅かされていると感じる今の状況を耐える力となっていると考えられた。さらに、自分では思い出すことのできなくなったことでも、書類や写真、誰かの思い出など有形無形のものとして残っていると思わせてくれる友人は、認知症高齢者にとって自分らしさを確認できる存在である。このように、子供のころからの同じ体験を共有する人たちは、認知症高齢者の孤独をいやし、今の状況を支える存在であり、自分らしさを確認できる重要な存在であると考えられた。

VI. 結論

認知症高齢者は、日々の暮らしの中で自信を喪失するようなことを繰り返し体験し、自己の存在が脅かされるように感じていた。しかし、認知症高齢者は、自分らしさを確認できる存在を支えにしながら、人生で培ってきた思考や行動を使って、脅かされた自己を一つ一つ回復させていた。そのため、近時記憶の障害や、行動・心理症状にのみ着目するのではなく、認知症高齢者が、歩んできた人生の中で大切にしてきたことを知り、認知症高齢者の持つ力を信じ、活かしていくことが、認知症高齢者への支援において重要であると考えられる。認知症高齢者が語る自己の物語を聞くという行為は、人生の中で大切にしてきたことや支えとなる人たちを知るだけでなく、認知症高齢者のもつ力を信じ、力を引き出す働きかけとなることが示唆された。