

妻の介護

男性が介護と向き合う時

介護の始まり

妻の介護も今年になって12年目を迎えるようになっていきます。病名は若年性アルツハイマー病で、妻の年齢も10月で62歳になります。最初の異変が起きたのは妻が50歳を迎えた頃でした。妻の運転する車に、前からきた車がライトを点滅して危険を知らせたのを「どうして？ お父さん」と聞いたり、車をバックさせて側溝に脱輪するなど運転ミスが目立つようになったほか、失業保険の手続きの時、愛知の愛の字が書けなくなったり、オートバイで縁石にぶつかり救急車で病院に運ばれたりといういろいろな異変がありました。

妻は私と同じ会社にパートで勤めていたのですが、職場の上司から「奥さんの作業がスムーズにできなくなり少しおかしい」と言われ「一度、病院に行ってみてはどう

ですか」と言われたこともあります。その頃の妻は買物や家事はできていたので、上司にそうアドバイスされても、どういう意味かわかりませんでした。

妻の姉に相談して、本人が病気だと思っていない状態で病院に連れていくのはむずかしいから、それとなく体の調子をみてもらうと言って、心療内科に連れていくことにしました。半年間、病院に通ってみましたが、検査をするでもなく原因がはっきりしない状態が続きました。その頃から、今後、妻の面倒をみていかななくてはならないと自分に言い聞かせていました。

妻の病名

心療内科では、はっきりわからなかったのですが、産婦人科院長をしている妻の叔父に相談したところ、大きい病院を紹介され受診しました。MRI、MRAと長谷川式の



島田 良夫

【しまだ よしお】1948年生まれの64歳。愛知県岡崎市出身。45年間、製造業に勤務。1975年に日本産業訓練協会主催による欧州研修生として、3週間の日程で5ヶ国視察する。2000年より現在まで妻の介護を継続中。

妻に対する私の気持ち

質問を行った結果、若年性アルツハイマー病と診断されました。それを聞いて、妻は自分でもどんな病気なのかかわからず、なぜこのような病気になってしまったのか受け入れられない状態でした。しかも、この病気は治す薬もなく、病気の進行を遅らせて現状を維持する薬しかないとのことでした。若年性アルツハイマー病は2000年当時、一般的にはあまり知られていない病名でした。これからのことや治療のことを考えると、私は不安に押しつぶされそうでした。

発病初期は、なぜ妻がこのような病気になってしまったのか、何が原因なのかを自問自答する毎日でした。妻は血液型がA型で内向的であり気持ちを外に出す性格ではなかったからなのか、仕事や家庭その他のことでストレスがたまっていたのが原因な



のか、はつきりわかりませんでした。私も妻に対して厳しくしたつもりはなく、穏やかに接していたつもりでした。夫婦で旅行に行ったり、おいしい所を探して食べに行ったり、買物も日曜日になるといつも一緒に出かけていました。

妻は、小、中、高と学生時代はバレーボールの選手で、40歳代時にはママさんバレーでセッターとして、はりきって活躍していました。それなのに、なぜ私の妻がそのような病気にかかってしまったのか、なぜだ、なぜだと毎日悩み続けました。私の心の中では、今の妻を世間に知られたくない、自分でなんとか良くするには、どうしたらいいか大変悩みました。妻が他人から「島田さんの奥さん、少しおかしくない」などと言われるのが一番嫌で、妻の病気を隠したい気持ちでいっぱいでした。しかし、現実と向き合い妻の考えていること、思っていることを素直に受け入れる気持ちを持つことが良いのではないかと、次第に考えを変えていきました。

ある日、妻が「先生が来る。先生が」と言ったのに対し、私は「先生なんかいないよ。京子の思い違いじゃないの」と言っていました。後から私は自分の対応が間違っていたことに気づきました。この時、私は「京子、先生が京子のことを心から見守っていてくださるのだよ」と答えるのが正解だったと反省しました。それからというもの、常に妻の気持ちに沿って行動

するように心がけました。

介護の日々

日々の生活が妻中心になって、常に妻を介護していく中で、昔の写真を見たり、にぎやかな所へ行ったりしました。

気功の先生の治療を受けて、気持ちの持ち方、思い方も学びました。神経内科も毎月通院しました。当時のアルツハイマー病の唯一の薬、アリセプトも服用していました。これは病気の進行を遅らせることのできる薬です。

私は、妻の病気についてもっと知りたいと思い、オーストラリアの女性クリスティーン・ブライデンが書いた『私は、誰になつていくの?』『私は私になつていく』を読んだほか、『ゆるすということ』『アルツハイマー型の診断』等の本も読んで勉強しました。そうして、アルツハイマー病が脳の海馬という部分が委縮して記憶がなくなつていく病気であること、脳全体も委縮していく病気であることがわかりました。少しでも妻の気持ちになれるよう努めてきた過程で、私自身少しずつ気持ちや行動が悟りの境地に立てるようになりました。

それでも、これまで12年間介護してきた中では言葉に言い表せないくらいいろいろありました。

はじめの2、3年は案外穏やかに過ごしました。しかし、それ以降少しずつ変化が見られるようになりました。ヘルパーさん



妻と一緒に

妻の病気は徐々に進行し、一時は私も会社を辞めて妻のために介護に徹しようと考えましたが、経済的なことを考え、大変でしたが、介護、家事と仕事を定年までやりとげました。

家のローンの返済、妻の病院代や薬代、オムツ代など出費も多く、経済的に厳しい時期もありました。介護に対する支援については、自分で市の広報紙を読んだり、市民病院の相談室に行ったり、ケアマネジャーにも相談して、障害基礎年金、介護保険被保険者証、精神障害者保健福祉手帳、障害者福祉サービス受給者証、身体障害者手帳等を取得してからは、家計もだいぶ楽になりました。

も利用しましたが、家に来た人に対して「おまえ、帰れ」「おまえはバカだ」「あっちへ行け」と同じ言葉を繰り返すようになりました。大声をあげてわめいたり、その対応に困って私も感情的になり、手をあげてしまったこともあります。

私が勤めていた会社は自宅のすぐ近くだったので、その点、大変助かりました。朝、妻に食事を食べさせて会社へ行き、昼休みに帰って昼食を食べさせて職場に戻り、仕事の途中で様子を見て自宅に帰るという繰り返しで、1日に職場と自宅を何往復もしました。2002年頃からは、家事のすべても私が行っていました。料理をすることは嫌いではなかったのですが、毎日の食事は作りはさほど苦労なくできました。

支援の一つとしてデイサービスを利用するようになり、私の介護に対する負担も少なくなり、日々の生活にゆとりができました。私の趣味である釣りや野球に出かけられるようになり、介護以外にも充実した日々を送ることができるようになりました。

妻は病気の進行とともに、いろいろな病気や怪我を併発するようになりました。第一腰椎圧迫骨折、丹毒、帯状疱疹、左骨盤骨折、右大腿骨骨折などで、通院や入院を繰り返すようになりました。また、食事を飲みこむことができなくなり、食事を介助して食べさせるのに2時間以上かかるようになり、私は毎日、食事介助に追われるようになりました。さらに、誤嚥性肺炎を繰り返すようになったため、胃腸を作り、

今は胃に穴を開けて、そこからチューブを通して栄養剤を注入しています。胃腸を作る時には本当にこれでもいいのか、寝たきりになってしまわないかと随分悩みましたが、医師や家族と相談した末に、胃腸を作る手術を行いました。

妻に対して、私が元気な間は在宅介護で寝たきりにはさせず、常に話しかけ、マッサージや手足の曲げ伸ばし等のリハビリを行いながら、胃腸に栄養剤を注入していきま。胃腸にしたことで毎日の食事介助から解放され、自分の自由時間も持てるようになりました。妻も栄養状態がよくなり、体重は4kg増え、顔色もよくなりました。

アルツハイマー病の進行の過程では、脳の委縮が進み、行動に変化が生じてくるのがはつきりわかります。次第に人格が変わり、妻本来の姿でなくなる時は、見ているもつらく、大変悩み暗い気持ちになりました。例えば、家の中をウロウロして誰か来ると「帰れ」「帰れ」など短い単語を繰り返したり、風呂で体を洗ったり頭を洗う時に大声を出したりしました。そんな時、私も妻の口をタオルでふさいだりしました。

トイレ以外の場所で排尿することもありました。その行動について医学的には、軽度から高度の認知機能低下になっていく過程で、脳の委縮する進行度合いにより記憶がだんだんなくなっていく、本人が考えていることがわからなくなっていくのだろうと考えられています。海馬の委縮率は0%

3までの基準数値がありますが、妻は2・74↓3・10と委縮が進行しています。脳のフィルムを見ても脳の中のすきまが正常の人に比べるとすきまだらけで、相当なひろきがあることがわかります。

妻の介護に対する私の気持ち

今日まで結婚して30年間、私の世話をしてくれ、夫婦としての絆も強くなった中で、



このような病気にかかったわけですが、私は今まで世話をしてくれた恩返しのためにも、妻の介護をしていきたいと思っています。妻にしてみれば、私が介護しているつらさより、もっとつらい思いをしていると想像します。

介護はとにかく根気が必要です。嫌だと思ったらそれで終わりです。施設にあげればと言う人もいますが、私にはとてもで

きません。やるだけのことはすべてやって、後悔のないよう妻を介護していきたいと思っています。妻の介護は私にとって第2の仕事だと思っています。

夫婦2人だけの生活で、朝、起きる時に私が「いない、いないばあ」と言いながら妻の顔を拭くと、妻が笑顔になって私とても癒されます。日常の生活の中で、なるべく声掛けをするよう努めています。たまに、ほんの少しうなづいてくれた時には、私の言葉を理解しているように感じてうれしくなります。最近では声が出ず、寝がえりもできない状態ですが、マッサージや訓練をして、少しでも今の状態を維持できるようにしています。

私の介護歴も12年になり、実績を重ねた分、自信もつきました。誰もが、介護は大変でむずかしいと思うのは当然です。しかし、世の中にはもっと大変で困難な人がたくさんいると思います。そう考えると、私など大変だとは思いません。当たり前のこととしているつもりです。後悔のないよう精一杯介護をしていきます。夫婦2人して、その日その日を平々凡々に過ごすことを望みながら、日々を送っています。

今日が無事に終われば、また明日がやってくる。とにかく毎日が勝負だと思ひ、介護を続けています。周りの人に助けられつつ、健康に注意して、私の体力の許す限り妻の介護をしながら、これからの人生を過ごしていきたいと思っています。