

私が認知症になっても・・・

高木 俊介 さん（たかぎクリニック 精神科医）

えにしのつどいのみなさん、はじめまして。
 統合失調症の方を対象に多職種チームによる訪問によって 24 時間 365 日の支援を行う ACT（包括的地域生活支援プログラム）を京都でやってきました。2004 年からはじめて 10 年以上やってきましたが、この春の診療報酬改定によって国の障害者に理解のない制度のすきまに落とされ、今まさに存続が危ぶまれている状態です。まあ何もないゼロの状態からはじめたのだから、私自身は今さらゼロに戻ったところでどうっちゅうことはないのですが、10 年間下手な支援につきあってきてくれた利用者さんたちの人生と、10 年間頑張ってきたスタッフの生活は守らねばなりません。

そんな時にのんきにシンポジウムなどに出てきてよいのかと我ながら思います。老人問題、特に認知症の問題に関しては、今の日本は険しい分水嶺にさしかかっていると思います。間違った方向にころげたら、えらいことになります。そして、そのことは今私が直面しているこの国の医療・福祉制度の冷酷非情さとも通じているのです。

曲がりなりにもこの半世紀の日本は豊かな社会を実現してきました。そのために営々として日々の仕事をこなしてきた今のお年寄りの方々は、柔らかな光をあびながらゆるやかな丘陵を流れ下っていく川の流れのように最期の日々を過ごしたいと思っているでしょうし、そう思う権利があり、またそうあるべきだと思います。しかし、実際にはその反対側の急峻な絶壁から瀑布となって落ちるような老後が待っている

かもしれないのです。しかも、その滝の落ちる先には、精神病院が巨大な滝壺となって口をあけて待っているのです。これはもう、ファウストがみた地獄のような光景だとは思いませんか？ 思わない？ そうですか、ではこのシンポジウム本番では日本の精神障害者をめぐる状況と、この国を覆っている精神病院体制についてお話しなければなりません。

もちろん、このえにしの集いの方々がそのことにまったく無知であるとは思えません。しかし、精神医療に携わってきた立場からは、その世界の外にいる方々の反応はひじょうにもどかしいものなのです。みなさんの知識や善意や想像力を疑うわけではありませんが、それでも精神医療、精神障害の問題がどこかで絶対的に他人事であるような構造をこの社会自体が作ってしまったのですから、その社会の内部にいる私たちはどのようにしてもその他人事感覚から抜け出すのがむずかしいのです。

そして皮肉なことに、そのような社会をつくった中心である世代は、今まさに認知症になろうとしている世代、そう、あなた自身なのです・・・。

今回、なんでも好きなようにしゃべってよいとのことですが、シンポジウムという短い時間ですので、これまで一般向けに書いた三編の新聞記事をここに掲載させていただきます。話を聞きながらでも読んでいただくと、話の趣旨が伝わりやすくなると思います。

【認知症 800 万人時代に】

(京都新聞 コラム「暖流」 2014/09/01)

「高齢者に認知症 462 万人、予備軍を含めて 800 万人」という厚労省の研究班の発表が社会に衝撃を与えている。国の発表する数字は常に用心して見ないといけないが、高齢化が超高速で進むことは確かで、認知症は加齢とともに幾何級数的に増加する。認知症についてどう考え、どう扱うかは、これからの日本人の大きな課題である。

そして、この数字は「誰でも認知症になりうる」とも読める。だから、認知症問題は人事ではない。やがてみんながなっていく状態を「病気」というのはおかしい。もしかすると認知症は、私たちの人生の一部だと考えたほうがよいのかもしれない。

だが、認知症は本人にも家族にも重い負担を強いる。ことに B P S D と呼ばれる精神症状、物を盗(と)られたという妄想や幻覚、興奮や徘徊(はいかい)等があると、精神科病院への入院が必要となることが少なくない。しかし、人手が少ない精神科病院では、鎮静剤のために寝たきりになることも多い。

ところが、認知症とそうでない人にはっきりした境目はない。早期に発見されて予備軍と言われる人の多くは、実は本格的な認知症になることはないという研究もある。また死後に解剖すると重症の認知症の脳をしている人が、生前しっかりとした人であったことも多いという。軽い認知症と診断されることで、かえって不安が強まり、急にまるで認知症らしくなってしまうこともある。薬の効果が宣伝されるが、それが本当に個人の病状の進行を遅らせているかどうかは評価のしようがない。

つまり、わからないことだらけなのである。人類はまだ、認知症を認知できていないのだろう。

認知症が、私たちの人生の一部なのであれば、私たちは薄明に生まれて、薄闇に死んでいく存在だ。そうした存在であるならば、私たちが赤ん坊や子どもを守り育ててきたように、地域で一緒に暮らしつきあい助けていく作法をつくっていかねばならないのだ。

【認知症という恵み】

(京都新聞 コラム「暖流」 2015/01/15)

昨年暮れ、母が亡くなった。十数年前から認知症を患い、郷里からひきとっていた。郷里といっても、西の鄙に江戸から嫁いで、最後まで東京は亀戸の下町育ち意識が抜けなかった。嫁ぎ先の地名や京都と聞いても反応せず、亀戸と聞くと表情がやわらいだ。

当初はご多分にもれず、物が無くなった、盗られたと言いたて、夜叉の顔をして介護者を叩き、お金を隠しては、またそれを忘れて盗られたとの繰り返し。どこまで続くこのぬかるみぞ、というのが正直介護者たちの実感であったろう。時に正気に戻り、私頭がおかしくなっちゃったの、怖い、と信頼するケアマネに漏らして泣いたという。

骨折して車椅子生活となってから次第に言葉を失っていき、この数年は赤ん坊言葉でニコニコして

いることが多かった。地方の有力開業医で放蕩者の父に苦勞した生活のためか、他人に気位高かったが、それがお地蔵さんの如き今と入り混じり、介護者にも不思議と人気があり大切にされた。

一年前、偶然胃がんが見つかった。何事もなく過ぎていたが、暮れになって急に食事水も通らなくなった。積極的な延命策はなく、少量の水分のみでそれから三週間、最後まで目の力もあり笑いもしながら徐々に衰弱し、逝った。連絡を受けた私が到着して三分後、安らかな大往生であった。

重度の精神障がい者でもそうであるが、認知症の人も、末期の癌の痛みを感じず、死の恐怖に惑わされることがない。認知症が老化への恵み、死への適応とも言われるゆえんである。

しかし、その境地に達するまでには、やっかいな峠がいくつもある。周囲の忍耐と余裕、時間が必要である。それができるだけ社会の仕組みもいる。ところが今は、認知症の予防・早期発見ばかりが叫ばれ、医療により克服すべきものだと誰も疑わ

ない。だが、医療は、老い衰えることには勝てないのだ。

最期の母に、癌や認知症という病いの苦しきはなかったろう。その死は、まぎれもなく「老衰」であった。

【ある晴れた朝、突然に】

(京都新聞 コラム「暖流」 2015/11/09)

日本は精神病院大国である。全病床の五つの一つが精神科のベッドだ。ダントツ世界一である。自慢してよい？ まさか。

精神障がい者が地域で暮らすための支援は増えず、そのために差別や偏見が解消せず、結局、精神病院に頼るといふ悪循環である。

精神障がい者のことは自分とは関係ない、精神病院で平穏に暮らせばよいのではないかと思う人が多いだろう。だが、実は、これはすべての人たち自身の問題だ。誰もが認知症になる可能性があり、十年後には認知症老人八百万人という時代がくる。そして、認知症の人の多くが、幻覚や妄想などの精神症状をもつ。

変化への適応ができず、身体的にも多くの病気を抱えた高齢者は、認知症になっても住み慣れた暮らしを続けることが大切である。精神病院にはお年寄りのケアをきちんとできる人材も設備もない。諸外国では、認知症の人にむやみに精神科の薬は使わない、精神病院には入れないということが、国全体

の方向性だ。

だが、今年年頭に厚労省が発表した「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」は、その動きに逆行している。長期入院になることもやむなしとして、積極的に精神病院を活用しようとしているのだ。最初は、そうではなかったが、政治家からの横やりが入った。最近も政治献金問題で名前が出る議員もその一人で、一族には精神病院の経営者がいる。この動きにそって、精神病院業界の代表は、精神科の病床を減らす必要はないと言う。

精神障がい者を地域社会から排除してきたので、私たちは精神症状の扱いに不慣れた。だからいったん認知症になって精神症状がでると、家族も医療者もお手上げなのだ。その結果、認知症になって戸惑う私たちは、ある晴れた朝、突然に、手足をくぐられて精神病院のベッドで目を覚ます。

他人事ではないというのは、こういうことだ。精神障がい者を受け入れる社会をつくっていけば、この暗い未来は変えられる。今からでも、遅くはない。

ひとつめの記事は、認知症は他人事ではないよということ。ふたつめは、私が自分の親の介護の経験から得た、認知症になるとはどういうことかということ、みつめめの記事が、今現在この日本に起こっている危機的な状況のことです。

この状況をみなさんが自分事として引き受け、変えていかなければ私たちの人生に明日はありませ

ん。これを変えるためにもっとも有効な方法は、私たちひとりひとりが「私が認知症になっても精神病院に入れなくてください」という意志表示を行うこと、「精神病院入院拒否のリヴィング・ウィル運動」を巻き起こすことではないかと、今私はひそかに思っています。

やがてもうすぐ、私たちと同じく認知症に入り口

に立つはずの元アイドル、森高千里さんに「私が認知症になっても」と歌ってもらいましょう。

はい、せーの、

♪ 私が認知症になっても
家においてくれるの？
とても心配だわ
あなた 精神病院しらないもの ♪

