

認知症の人を地域で支える

敦賀温泉病院／海上寮療養所

千葉大学医学部附属病院地域医療連携部 特任准教授

上野 秀樹

ホームページ <http://hidekiueno.net/>

認知症アシストフォーラム <https://ninchisho-assist.jp/>

私の認知症診療

- ・ 東京都立松沢病院時代

→ 認知症精神科専門病棟を3年間担当し、約180名の認知症の人の入院加療を行った

- ・ 海上寮療養所時代

→ 認知症病棟新設予定とのことで転職。しかし、転職当時は開放病棟しかなかった。さまざまな工夫を行うことで、精神症状のある認知症の人の精神科入院はほとんど必要ないことが判明。

敦賀温泉病院にて

- 美浜町にて地域づくり。

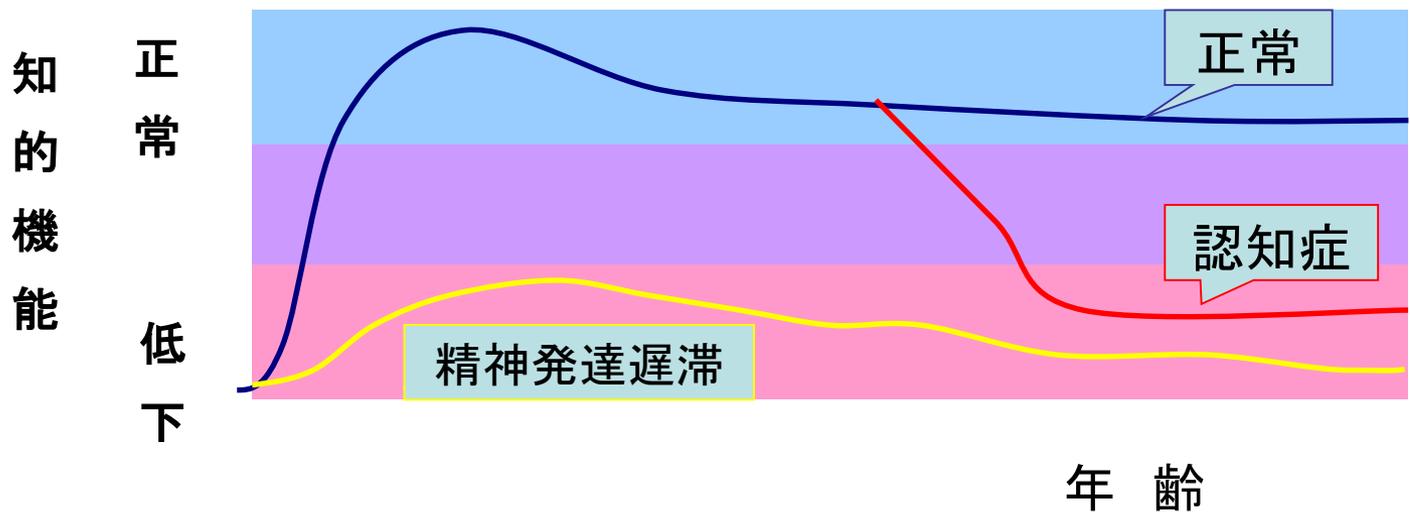
日本における認知症

- 平成25年6月 厚労省研究班の発表
認知症の人 462万人
認知症の予備軍 400万人
(MCI 軽度認知障害)

←65歳以上の人々の4人に一人が認知症
かもしくははその予備群

認知症とは

一旦正常に発達した知的能力が低下してしまい、物忘れや自分の周囲の状況がわからない、理解・判断力の低下などがあるために、日常生活・社会生活に支障を来している状態



認知症とは

- 認知機能障害

もの忘れ、自分の周囲の状況がわからない、理解力の低下、判断力の低下

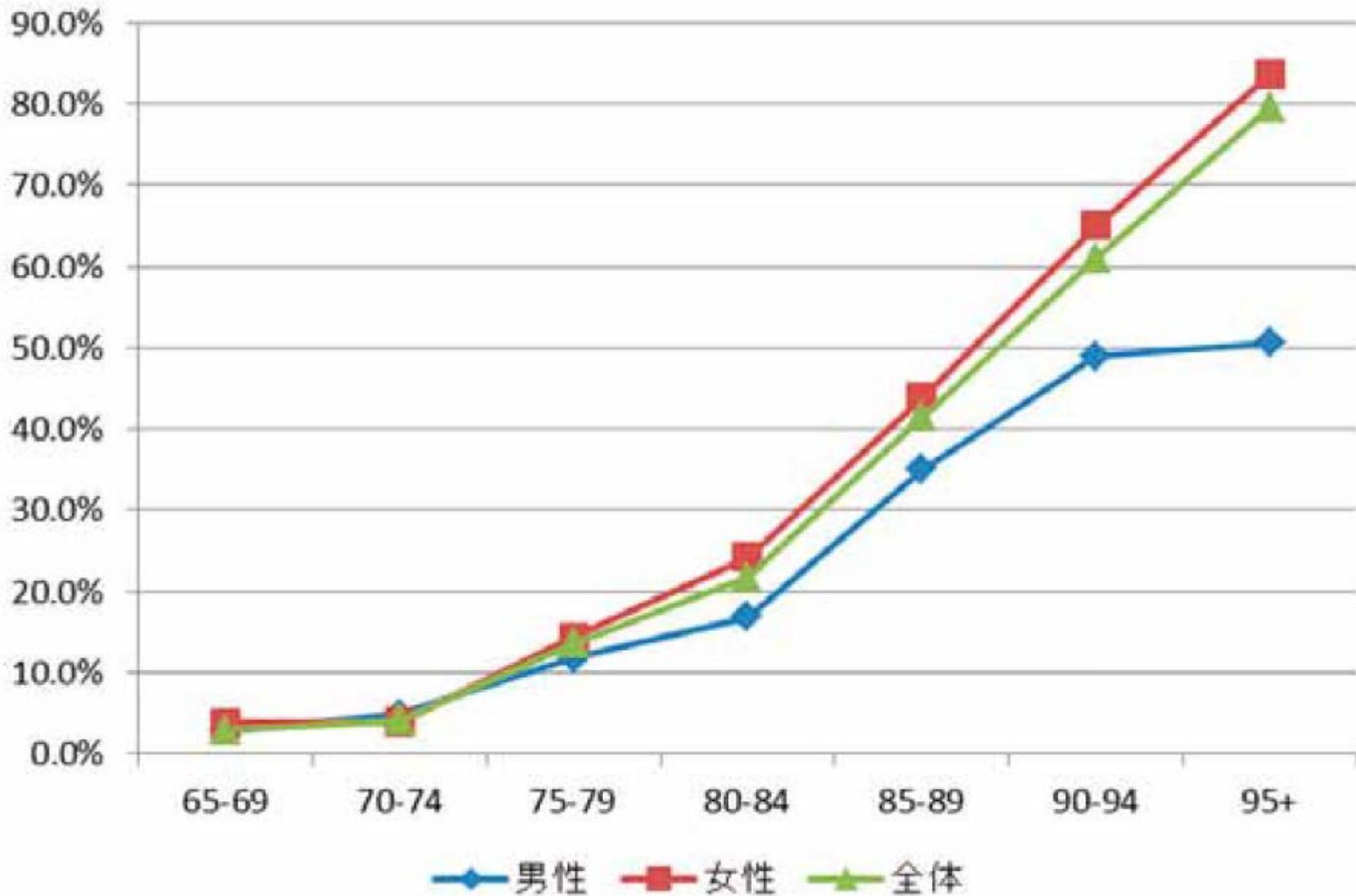


- ある社会の中で、日常生活、社会生活上の支障がある

→生活障害の存在

認知症

- 高齢化が一番の危険因子
 - だれでも高齢になれば認知症になる可能性がある
- 現在、完全な予防法、完全な治療法は存在しない
 - 認知症を怖れていてもうまくいかない
 - 必要なのは、認知症になってもいきいきとして生活できる社会をつくること



年齢階級別推定認知症有病率

厚生労働科学研究費補助金(認知症対策総合研究事業)

総合研究報告書「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」

認知症になると

- 高齢化による身体機能低下 → 身体障害
- 認知機能障害 → 知的障害
- 行動・心理症状 → 精神障害

→ 認知症になると従来の分類による三障害全てが出現する可能性がある

障害のとらえ方～医学モデル

- 障害問題の原因

- 見えない目、聞こえない耳、動かない手足に求める

- 解決のためには治療やリハビリによる除去・軽減が必要

- 「障害＝取り除くべきもの」

- 障害者は克服がうまくいかなかった、気の毒な存在

- 障害者は同情、保護の対象

障害のとらえ方～社会モデル

- 障害は、身体障害、知的障害、精神障害という本人の要因だけではなく、社会的環境との関係で生じてくるもの

移動の自由

- 3階建ての建物に階段だけ
→両下肢が麻痺した車いすの人は上下階の移動が不可能

(障壁 disability)

- 3階建ての建物にロッククライミング用の壁だけ

→普通の人には上下階の移動が不可能

(障壁 disability)

移動の自由

- 段差もなく平坦な通路
→車いすの人でも自由に通行が可能
- 段差だらけの通路
→車いすの人は通行できない
- 2メートルの段差のある通路
→普通の人でも通行できない

障害の考え方 医学モデル&社会モデル



障害を減らすには・・・

- (1) 障がいを減らす(医学モデル)
- (2) 人為的環境のデザインを変える(社会モデル)

認知症とは

- 認知機能障害

もの忘れ、自分の周囲の状況がわからない、理解力の低下、判断力の低下



- ある社会の中で、日常生活、社会生活上の支障がある

→生活障害の存在

人類の歴史

- 暮らしやすい社会を求めての試行錯誤の歴史

→社会の多数派が暮らしやすい社会が作り上げられた

PROFILE

熊谷晋一郎さん

(くまがやしんいちろう)

小児科医／東京大学先端科学技
術研究センター・特任講師



熊谷晋一郎先生インタビュー記事より

- ・ “自立”とはどういうことでしょうか？

一般的に「自立」の反対語は「依存」だと勘違いされていますが、人間は物であったり人であったり、さまざまなものに依存しないと生きていけないんですよ。

東日本大震災のとき、私は職場である5階の研究室から逃げ遅れてしまいました。なぜかというと簡単で、エレベーターが止まってしまったからです。そのとき、逃げるということを可能にする

“依存先”が、自分には少なかったことを知りました。エレベーターが止まっても、他の人は階段やはしごで逃げられます。5階から逃げるという行為に対して三つも依存先があります。

ところが私にはエレベーターしかなかった。
これが障害の本質だと思うんです。つまり、“障
害者”というのは、「依存先が限られてしまっ
ている人たち」のこと。健常者は何にも頼らずに自
立していて、障害者はいろいろなものに頼らない
と生きていけない人だと勘違いされている。けれ
ども真実は逆で、健常者はさまざまなものに依存
できていて、障害者は限られたものにしか依存で
きていない。依存先を増やして、一つひとつへの
依存度を浅くすると、何にも依存してないかのよ
うに錯覚できます。“健常者である”というのは
まさにそういうことなのです。世の中のほとんどの
ものが健常者向けにデザインされていて、その
便利さに依存していることを忘れてはいけないわけ
です。



実は膨大なものに依存しているのに、「私は何にも依存していない」と感じられる状態こそが、“自立”といわれる状態なのだろうと思います。だから、自立を目指すなら、むしろ依存先を増やさないといけない。障害者の多くは親か施設しか頼るものがなく、依存先が集中している状態です。だから、障害者の自立生活運動は「依存先を親や施設以外に広げる運動」だと言い換えることができると思います。今にして思えば、私の一人暮らし体験は、親からの自立ではなくて、親以外に依存先を開拓するためでしたね。

認知症の人の生活障害、暮らしにくさ

- 認知症の人が行きたい場所に行くことが出来ず、迷っている →徘徊
- 普通の人でも慣れない都市の地下鉄の乗換えに戸惑い、迷ってしまってもなかなか目的地に行き着かないことがあります



- 認知症の人が心ない人にだまされてしまい、大切な財産を奪われてしまうことがあります
- 普通の人でも巧妙な詐欺に引っかかって、財産を失うことがあります

- 普通の人暮らしにくさ、認知症の人の暮らしにくさ、障害のある人の暮らしにくさ

→実は連続している

- 認知症の人が暮らしやすい社会、障害のある人が暮らしやすい社会をつくること

→普通の人暮らしやすい社会をつくること

認知症の人が生き生きとして暮らせる社会

実現のために必要なのは

私たちの社会のあり方を変えること

認知症とは

- 認知機能障害

もの忘れ、自分の周囲の状況がわからない、理解力の低下、判断力の低下



- ある社会の中で、日常生活、社会生活上の支障がある

→生活障害の存在

認知症の人には

軽度認知障害からの全経過中、約9割の人に精神症状が出現する

(Lyketsons et al. 2002; Mitchell et al. 2009)

認知症に伴う精神症状

- 認知症の人
 - 認知機能障害 記憶障害、見当識障害、理解・判断力の障害、実行機能障害
 - 周囲の状況に適応ができずに混乱
- 言葉で表現するのが苦手な認知症の人の言葉にならないメッセージとしての精神症状

ご本人のニーズ

- 適切な介護をすれば、笑顔でく
らせるようになる。(周辺症状は
認知症本人からの訴えであるので
、本人の声に耳を傾けてほしい。
言葉でうまく伝えられない人もい
るので、顔つきで判断してもらい
たい)

ご本人のニーズ

- 周辺症状には必ず原因がある、それおみきわめてから支援又は介護してもらいたい。

周辺症状が出たときには、どんな状況で起きたのかを記録しておきできるだけおきないように環境保つように努力をしてもらいたい。周辺症状を問題行動ととらえるのではなく認知症本人が今受けているサービスへの不満の意思表示と受けとめる。

認知症の人の精神科入院

	病院に入院中の 認知症の人の数	精神病床に入院中 の認知症の人の数	割合
• 平成11年	54,000人	36,700人	67%
• 平成14年	71,000人	44,200人	62%
• 平成17年	81,000人	52,100人	65%
• 平成20年	75,000人	51,500人	68%
• 平成23年	80,000人	53,400人	67%
• 平成26年	77,000人	53,000人	69%

(厚生労働省「患者調査」より)

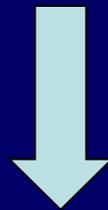
認知症精神科入院に対する疑問

- 本当の意味で「改善した」と言えない人が多い
- 入院後の身体機能低下、認知機能低下が著しい

← 行動制限の多用、精神科薬の多用

問題点

精神科入院では期待される治療
効果が上がらないこと



実態は認知症の人の隔離・収容

新たな地域精神保健医療体制の構築に向けた検討チーム 第2Rの進め方

平成22年9月
精神・障害保健課

1 概要

- 同検討チームは、本年5月に設置後、6月中旬までに4回開催。具体的には、アウトリーチ体制の具体化に関する検討を行ったところ。
- 引き続き、第2Rとして、認知症患者と精神科入院医療に関して議論を行う。

精神病床における認知症入院患者に関する調査概要

1 目的

精神科病院における認知症入院患者に対する医療の状況、患者の状態等について、既存の調査では把握されていない点について詳細に把握し、新たな地域精神保健医療体制の構築に向けた検討チームにおける検討資料とする。

2 調査対象

認知症治療病棟入院料1（6病棟）、認知症治療病棟入院料2（1病棟）
精神病棟入院基本料（1病棟）、精神療養病棟入院料（1病棟）、
老人性認知症疾患療養病棟（1病棟）の計10病棟（9病院）、計454人の認知症患者

3 調査方法

- (1) 調査期間 平成22年9月27日～10月4日（調査日：平成22年9月15日現在）
- (2) 調査方法 調査票によるアンケート方式
- (3) 回答者 調査対象病棟の病棟師長（適宜、担当医や精神保健福祉士等と相談）

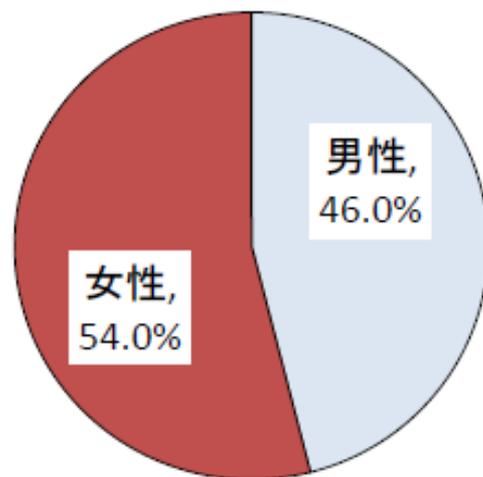
4 調査項目

病棟概要、精神症状等の状況、身体合併症の状況、必要となる居住先・支援等

問2 平均年齢

78.3歳

問3 性別



問4 平成22年9月15日現在の平均在院日数

944.3日 (中央値 336日)
(N=452)

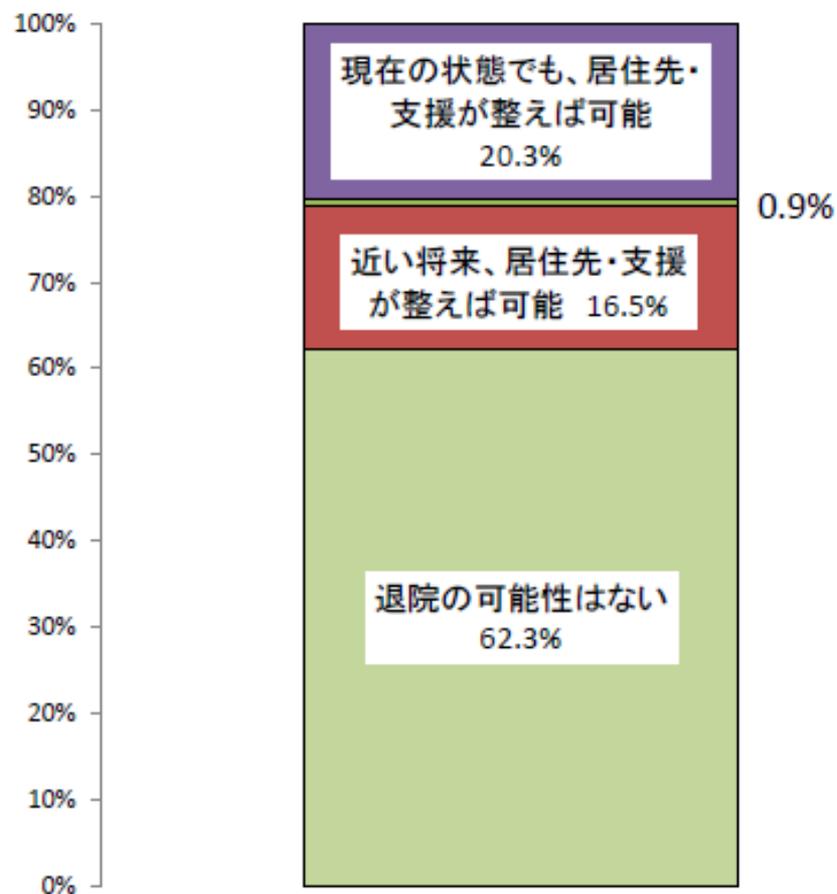
問5 改訂長谷川式簡易知能評価スケール(HDS-R)

7.2点
(N=452)

問24 居住先・支援が整った場合の退院の可能性

(N=454)

- 1. 現在の状態でも、居住先・支援が整えば退院は可能
- 2. 状態の改善が見込まれるので、居住先・支援などを新たに用意しなくても近い将来(6ヶ月以内)には退院が可能になる
- 3. 状態の改善が見込まれるので、居住先・支援が整えば近い将来(6ヶ月以内)には可能になる
- 4. 状態の改善が見込まれず、居住先・支援を整えても近い将来(6ヶ月以内)の退院の可能性はない



この背景として

- 入院加療が適切ではない人がたくさん入院していること
- 精神保健福祉法の問題
 - 行動制限が合法的に可能
 - 社会の価値観、特に医療者の価値観を押しつける場となっている
 - ← その人らしさを大切にすする支援とは対極にある場所

入院加療がうまくいかないケース

- 70歳 血管性認知症の人
- もともと頑固な方。息子さんと二人暮らし
- 認知機能障害が進行し、日中独居が難しくなった
- デイサービスやショートステイを利用したが、「家に戻りたい」と激しく抵抗。職員にも暴力。
- やむを得ず、精神科病院に入院

認知症における精神症状

- 実はコミュニケーション能力が低下した認知症の人の満たされないニーズの表明
→とても重要な情報

→アプローチ方法

精神科医療 取り除こうとする

手段 ①薬物療法 ②隔離・収容

←そもそものアプローチ方法の間違い

- 基本は、当事者自身を問題としてとらえるのではなく、当事者を問題を持っている人としてとらえることである。これがとても重要である。

精神病院の問題

バザーリアが発見したのは、たまたま精神病院という場所があるから社会的な排除が起きたということではなくて、すでに社会の中にそういう排除の構造あるいは対立があって、それを解決する場所として精神病院がある、ということでした。

「精神病院はいらない！イタリアバザーリア改革を達成させた愛弟子3人の証言」

（大熊一夫著 現代書館刊）

精神病院の問題

- 精神病院の吸引力

支援の基本

～改善可能な部分に働きかける～

認知症＝認知機能障害＋生活障害

- 医学モデル 認知機能障害

→「治療可能な認知症」

- 社会モデル 生活障害

→個別の自立の支援

→社会のあり方を変えること

社会関係資本～「ソーシャルキャピタル 入門 孤立から絆へ」（稲葉陽二著）

2011年3月11日の東日本大震災は、あまりの惨事に言葉もないが、唯一の救いは震災後、日本中が労りと優しさともに包まれたことであろう。言い換えれば、日本という国の社会関係資本の厚み、労りと優しさの源である、つまり、見ず知らずの人への「信頼」、自分ばかりが得をしようと思わず、「お互い様だから」と譲り合う互酬性の規範、そして人々の間の絆が見事に示された。

震災中、そして震災後、人々がテレビのインタビューやインターネット上で発信した言葉には、感動が満ちあふれている。人々は他人の不幸に乗じたり、我先に行動するようなことは決してしなかった。

避難所でも、駅でも、計画停電中でも、本当に忍耐強く、互いに譲り合い整然と行動した。それどころか、自分を犠牲にしても弱いものを救った。2005年8月のハリケーン「カトリーナ」のさいにアメリカで報じられたような、商店を略奪するような行為も皆無に近かった。警察も消防も機能していないのに、住民だけで治安が維持された。交通信号が消えているのに人々は交通ルールを守り、事故がほとんど起こらなかった。大切な家族を失ったり、家財も一切合切津波で流されてしまった被災者が多数にのぼったが、深い悲しみと絶望感のうちにもありながらも、全国からの救援物資や災害派遣、ボランティアなどに対する感謝の言葉を述べていた。

筆者は3月11日、東京の都心部で地震に遭遇した。徒歩で3時間かけて帰宅したが、車は全く身動きできない状態であるにもかかわらずクラクションを聞くことはなかった。また、見ず知らずのもの同士が声を掛け合い励ます姿も本当に多く見られた。翌日以降も間引き運転の電車を数百メートルの列を作って待ち続け、「被災地の人のことを考えればなんのことはない」と答える。この千年に一度の大災害の中で世界中の人々を感動させた日本人の協調的な行動、その背景にある「信頼」「お互い様の規範」「ネットワーク（絆）」こそが本書のテーマである社会関係資本である。』

3.11 世界中が祈りはじめた日

PRAY FOR JAPAN

prayforjapan.jp 編

講談社

>>>NHKアナウンサーが絶句
NHKの男性アナウンサーが
被災状況や現況を淡々と読み上げる中、
「ストレスで母乳が出なくなった母親が
夜通しスーパーの開店待ちの列に並んで
ミルクが手に入った」と紹介後、
絶句、沈黙が流れ、放送事故のようになった。
すぐに立ち直ったけど泣いているのがわかった。
目頭が、熱くなった。
@bilboi

3.11世界中が祈り始めた日 PRAY FOR JAPAN
prayforjapan.jp編 講談社 2011年

∨∨∨ 誇り

自宅は流されて自分は避難所にいるのに、
店が大丈夫だったから、って

無料でラーメンをふるまっている

ラーメン屋さん：

日本ってこんなに皆、温かい：

日本に生まれたことを誇りに思う。

@mafommo25

shop was living in an evacuation

〽〽〽海外ニュースが驚きとともに伝えたこと

物が散乱しているスーパーで、
落ちているものを律儀に拾い、
そして列に黙って並んで

お金を払って買い物をする。

運転再開した電車で混んでるのに

妊婦に席を譲るお年寄り。

この光景を見て外国人は絶句したようだ。

本当だろう、この話。

すごいよ日本。

> > > 温かい国

4時間の道のりを歩いて帰るときに、

トイレのご利用どうぞ！

と書いたスケッチブックを持って、

自宅のお手洗いを開放していた女性がいた。

日本って、やはり世界一、温かい国だよな。

あれみた時は感動して泣けてきた。

@fujifumi

>>> 東京も捨てたもんじゃない

昨日の夜中、大学から徒歩で帰宅する道すがら、
とっくに閉店したパン屋のおばちゃんが
無料でパン配給していた。

こんな喧噪のなかでも自分にできること見つけて
実践している人に感動。

心温まった。東京も捨てたもんじゃないな。

@ayakishimoto

>>> お客様が戻ってきた

バイト中に地震があって、
ほぼ満席の状態からお客様に外に避難してもらいました。
食い逃げ半端ないだろうな、と思っていたが、
ほとんどのお客様が戻ってきて会計してくれました。
ほんの少しの戻れなかったお客様は、
今日わざわざ店に足を運んでくださいました。
日本っていい国。

@happy_niketan

∨∨∨ 避難所で見た誇り

避難所で、4人家族なのに

「分け合って食べます」と

3つしかおにぎりをもらわない人を見た。

凍えるほど寒いのに、

毛布を譲り合う人を見た。

きちんと一列に並んで、

順番を守って物資を受け取る姿に、

日本人の誇りを見た。

so|eil

↓↓↓これがあつたから頑張れた

昨日4時間かけて歩いて帰ってきた主人。

赤羽で心が折れそうになってた時

「お寒い中、大変ですね！」

あつたかいコーヒーどうぞ！」って

叫びながら無料配布してる

おっちゃんに出会った。

これがあつたから頑張れたそうだ。

もう5回もこの話をしてくるので

本当に嬉しかったんだと思う。

おっちゃんありがとう。

〓〓〓 日本も捨てたもんじゃない

何時間も歩き続けてたんだけど、
至る所でトイレ貸しますとか、
休憩できますとか言うビルや飲食店が
沢山あって感動しました。

とある企業ビルの人がボランティアで、

〇〇線運転再開ですー！とか、
休憩できますー！！って

呼びかけてるのを見て、
感動して泣きそうになった。

日本も捨てたもんじゃないな。

>>> 泣けなかったけど

昨日、歩いて帰ろうって決めて
甲州街道を西へ向かった。
夜の21時くらいなのに、
会社のトイレと休憩所を開放してる所があった。
ビルの前で社員さんが大声でその旨を歩く人に
伝えていた。感動して泣きそうになった。
いや、昨日は緊張してて泣けなかったけど、
今、思い出して泣いている。

ろぼすけ

>>> ご馳走

石巻市で、被害の状況を報道するために訪れていた
スタッフたちを大声で呼ぶ女の子がいたそうです。
救助を求めているのかと思いながら近付くと、
避難された方々が「皆さんも大変だからコーヒーをどうぞ」と、
コーヒーをご馳走してくれたそうです。
自分たちのことで精一杯のはずなのに。
日本人って素晴らしいね。

Shinji Horigome

>>> 思い出す母の言葉

亡くなった母が言っていた言葉を
思い出す。「人は奪い合えば足り
ないが分け合うと余る」。被災地で
実践されていた。この国の東北の
方々を、日本を、誇りに思います。

@yoshi0miyu