

# ご夫婦の介護予防のために！

## 男性(夫)の方へ

妻にかぎってとか、しっかりしているからとか、病院に定期的にかかっているし、認知症なんかと、思い込んでいませんか？

長年、生活をともにして暮らしていると、ちょっとした変化に気が、つきにくくなってしまいます。

男性介護者の方たちに最初に受けた介護認定度を聞きますと、ある傾向がみられます。

女性介護者と男性介護者では初期の認定度が違うのです。

女性介護者の方の話を聞きますと最初の変化から、要支援1・2の方が多く要介護1までに対して男性介護者(ご夫婦の場合)は介護度が1~2度ほど重いのです。

中には最初の認定が要介護3の方もいらっしゃいました。

### 日頃の奥さんを見ていらっしゃるでしょうか？会話をしているのでしょうか？

- 最初は年齢のせい？
- おかしいと思いはじめて
- 最近おかしいから、お前、病院で診てもらえ→拒否
- いよいよ、おかしい、変化に気づき
- 病院に行って、認知症の検査してもらおう→拒否

なかなか、病院にいつてくれない、時間だけが過ぎてゆき、症状が進行してしまう。

女性、男性にかかわらず病院の検査を、受けさせるのが難しいと言われています。

当然なわけで、認知症だからと言って理解力や判断力が突然なくなるわけではなく、病気に対する不安、まさか自分がと、認知症にたいする怯え(マスコミュニケーションにより認知症や介護に対する情報が増えました)から拒否、検査までに時間がかかる、とくに、男性介護者の方は、なかなか検査を受けてくれなくてと、おっしゃいる方が多いようです。

直接的な表現では、受け入れてもらうには時間がかかります。

そこで、一工夫をしましょう。

ご自身の体調がすぐれないからと言って、病院をつきあってもらう、一緒に検査につきあってもらう。

かかりつけの病院又は、医者に一緒に検査につきそうよう助言をもらい、同伴してもらう。あくまでも、当人ではなく、“つきそい”“同伴”といったかたちが、シンプルですが、もっとも有効な手段と思われれます。

早い発見と対応が、病気にたいする進行をゆるやかにし、その後の在宅介護に向けての生活環境・対処方法・介護サービス等を整え、生活の変化によるストレス<本人・介護者の>をすこしでも減らすことが長い在宅生活へむけた最初の一步となります。

頑張りすぎず、周囲や<家族>に援助・助力を依頼するのも在宅介護には必要なことです。