院長の独り言

～高齢者の特性を理解するということ ～

2017年10月9日にネット配信された週刊東洋経済に気になる記事が載っていました。　平松類医師が書かれた『赤信号を平気で渡る老人への大きな誤解』です。私は車を運転しますので、赤信号を平気で渡ったり、左右を確かめないで道路の横断を始めたりする高齢者をたまに見かけます。ある程度認知障害が進んでいる人なのかと思っていましたが、平松先生は「老化による体の変化に原因がある」と述べています。例えば、赤信号を平気で渡る理由として挙げられているのは、「高齢になると瞼（まぶた）が下がってくるから、信号機が設置されている上の方がよく見えない」「転倒すると寝たきりにもなりかねず怖いので、下を見て歩かないと不安」「腰が曲がってしまうから、信号機はよく見上げないと見えない」などです。確かに、瞼は垂れるだけでなく、シワが寄ってより分厚くなるので、上は見にくいと思います。それに、高齢者は腰が曲がるだけでなく、首が前に出てしかも下に落ちる傾向がありますので、ますます上を見るのが辛くなるのです。

先日、高齢者施設の訪問診療のときに、患者さんが「あら、今日先生来る日だったかい」というので、看護師さんが「○○さん、壁に貼ってある１ヶ月の予定表に書いてあるっしょ」と言いました。確かに書いてはありましたが、高齢者の視線よりはかなり高いところに貼ってありましたので、完全に視界の外になっていたようです。そこで、提案です。高齢者施設や療養病棟では、掲示物は高齢者の視線より下に貼るようにしましょう。われわれから見るとおかしなほど床に近いところに貼っておけば、読むかどうかは別にして、高齢者の視界には入ると思います。

それと、かなりの割合で高齢者は難聴になります。大声で話せばいいかといえば、大声だと声と声が重なってしまいます。しかも高齢者には、聞こえないと言うのを躊躇する傾向がありますので、聞こえていなくてもうなずく習性があります。余り大きすぎない声で、一語一語区切ってゆっくり話してあげましょう。文章も長くならないように、短い文章で表現してあげると、伝わりやすくなります。高齢者の特性をよく理解することで、新たな対処法が生まれるという興味深い記事を紹介しました。