

Hello! FUJISEI

No. 118

お盆休み、故郷に帰省し、久しぶりに懐かしい友人の顔を見て近況報告に花が咲いたものの、いつしか話題は老いた父や母の介護問題に移っていきました。

母亡き後、一人暮らしをしていた86歳の父親は、昨年夏までは元気だったものの、その後、腰の痛みを訴えて歩けなくなり、今は介護施設に入っています。久しぶりに会うと

介護ストレス

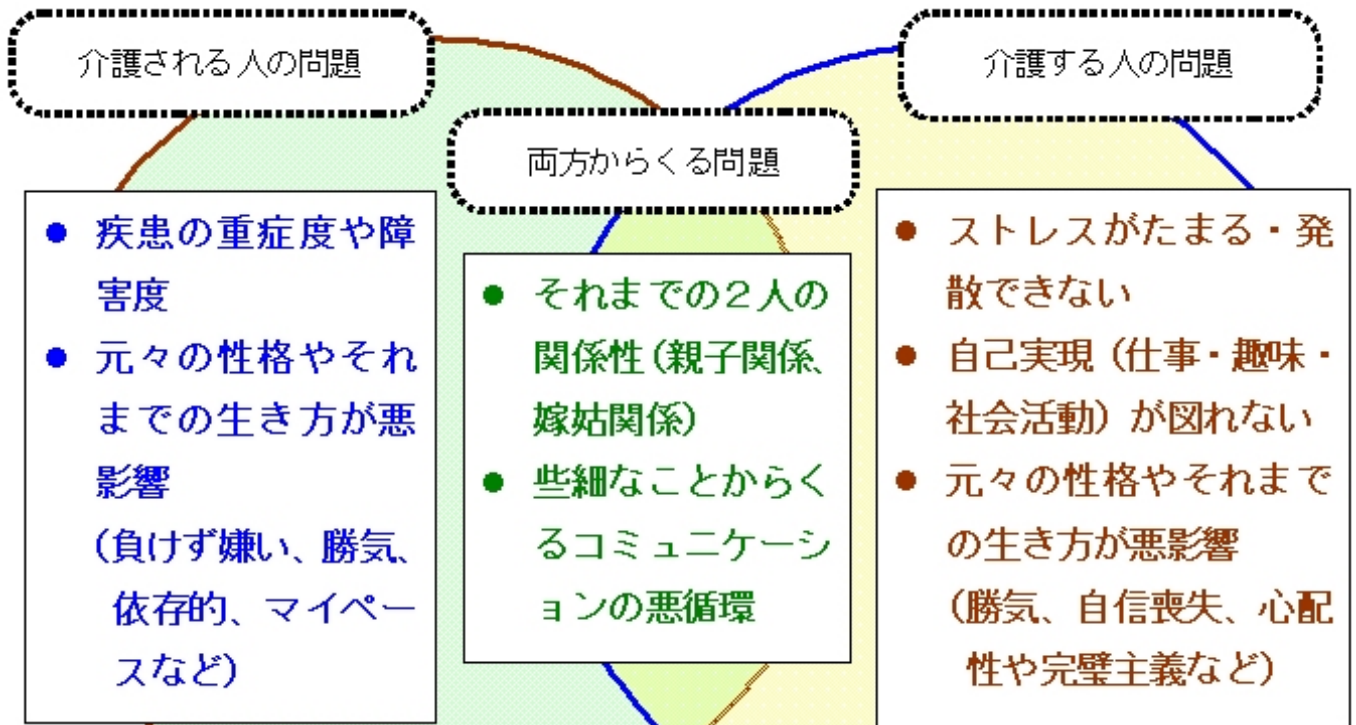
現状維持が続き、ゴールが見えない

ずいぶん老け込んでしまった感じがしました。クルマで30分ほどのところに住む妹が週に1度は様子を見てくれています。妹の口からも思わずグチがこぼれます。

「介護ストレス」とは、介護を行っている人が感じる、生理的・精神的ストレスのことをいい、特に、家族介護においてクローズアップされることが多く、介護者の介護ストレスによる事件も時折、話題になります。

家族介護は24時間、365日休みがなく、ゴールの見通しが立たないところがあります。家事あるいは仕事と介護の両立が介護ストレスの始まりとなるようです。時間のやりくりは大変です。介護者自身も若くはありません。しかし、自分を犠牲にして一生懸命介護しても、その努力は報われないことが多いのです。介護される人の著しい回復も見えず、“現状維持”の状況が続きます。

介護疲れの現状～関係性について～



※秋田大学 男女共同参画推進室コロコニ コンシェルジュ・デスク
「家族介護者のメンタルヘルス(1)～ストレスマネジメント編」冊子より作成