

【発達障がいは発達する～皮膚感覚編～】

入所施設というところにおいて1番、2番の高刺激の場所とは言えば、群を抜いて食堂と風呂場である。つまり食事の時間と入浴の時間とが高刺激環境の時間帯である。音（騒々しさなどの聴覚的刺激）はもちろんのこと、人の多さ、人との距離の近さなどの視覚的刺激にも満ち溢れている。パーソナルスペース（他人に近付かれると不快に感じる空間、距離）が侵されやすい時間帯である。自閉症圏の人のパーソナルスペースは定型発達の方よりは当然広いと考えられ、それを侵されることで、当然、不安は高まる。それに加えて食事なら「味覚」を中心とした、また入浴なら「皮膚感覚」を中心して、遂行しなければならない課題が多い時間帯になっている。

本来なら、食事も入浴も「安心」と「安らぎ」の場であるはずなのだが、合理的配慮や適切な支援がないとすれば、この時間帯は、「不安」と「恐怖」の場所となる。

お風呂がイヤだ、という人がいる。入浴の前や後に課題行動が頻発したりする。無理に入れようとしてパニックを起こさせたりする。

お風呂がイヤだというときには、それが「清潔になりたくない」という要求ではないことは皆さん良くお分かりだと思ふ。しかし、入浴には、障がい特性と関連した克服すべき多種多様な課題があり、それを一つ一つ解決することが、「快適な入浴」につながるという方向には、なかなか支援が動きにくいのが実態ではないだろうか？

まずは感覚障がいの視点から入浴を眺めてみよう。

痛覚…、なんだか知らないけれど、とにかく一生懸命こすり上げることが清潔には良いことだ、と考えてゴシゴシと強迫的に洗体している職員がどの事業所にも一人はいないだろうか？対象者がもし触覚過敏の方だったら、あるいは痛覚が過敏の方だったら、その人のためにと清潔にしているはずの身体洗いは、苦痛以外の何物でもなくなっている。パニックは当然の帰着点だ。そして、現在の常識では、皮膚のバリア機能を守るために、

しっかり泡立てた石けんで、やさしく洗うが、正しい洗い方であるからゴシゴシ洗うなんていうのはもってのほかだ。

痛覚過敏の方には、手で洗う、綿のタオルで洗う等が合理的配慮である。また、シャワーが当たると痛い方もいる。これは、洗髪の場合も同様だが、洗面器を使って流すことで、痛覚を刺激しないで済む。

温冷感覚…、39℃～40℃のお湯が適温だと言われている浴槽だが、「お風呂がイヤ」という人たちの中には、この39℃～40℃が熱すぎるという方々がいる。温冷感覚の偏りである。

浴槽にいつも飛び込む方がいた。その方はパニック時に水を浴びたりした。冬でも扇風機の風にあたっていることがある。それで、本人に聞いてみた。湯温を調節しながら「快適度」を尋ねた。答えは、36℃だった。これで彼はのんびりと浴槽に入ることができるようになった。

ある方は、34℃、この方には、触覚過敏もある。体を締め付ける感のある指輪やネックレスが苦手だ。

ある方は、37℃、この方にも触覚過敏がある。風が吹き始めると建物内の窓を閉めて回る。ニキリンコさんの著作に「扇風機の風が痛い」という記述があるが、これに近い感覚の持ち主なのではないかと思っている。

肌にシャワーのノズルを強く押し付けて強迫的に石けんの泡を流す方がいた。シャワーを使わずに洗面器で泡を流す方法に変えて、その強迫的な行動は無くなった。シャワーのお湯が痛かったに違いない。

在宅時、入浴の時間中、つねったり引っ掻いたりが続く方がいた。押さえつけて入浴していたという。入所して、特に行動制限をせずに本人の主体性に任せると、浴槽は入ったり出たり…、洗体、洗髪時もじっと座っていないで立ったり座ったり…、でもその動きに合わせていれば、つねることも引っ掻くこともない。おそらく何らかの苦手を克服するために「体を動かす」ことが必要なのだろう。

そんなわけで、お風呂は自閉症の方にとって多くの高いハードルが存在するところなのだ、というお話です。