



「けやき」通信

こもび 「木洩れ白」(其の125)

2021年12月28日発行

社会福祉法人 九十九会 生活介護事業所「けやき」

〒299-4403 千葉県長生郡睦沢町上市場 693

☎ 0475 (44) 2888

聴覚過敏のからくり

施設長 西 希仁

最近、知り合いから体調がすぐれないと相談されることがあった。彼はそろりそろりと、まるでお化けのように歩いていた。「自分の歩く音さえしんどい」聴覚過敏だそうだ。

「聴覚が過敏になってから人が沢山いるところに行くと耳が痛い」「音や声がいつもの倍くらい大きさに聞こえてしまうから、何かを集中して作業することが難しい」「金属の音は耳をつんざかれるようでキツイ」「救急車のサイレンはかなりつらくて、目の前を救急車が過ぎ去った時は、その後もしばらく耳の中に音が残って本当に辛い」「実は今、こうやって話していて、あなたの声もちよっと苦しい」…と辛い症状をあれこれ話してくれた。

うーん…聴覚過敏か…。その時、「けやき」の仲間が思い浮かんだ。「けやき」には聴覚など、感覚に敏感な仲間が少なくない。そんな仲間たちは時に「耳をふさぐ」ような仕草をしたり、「自分の体をリズムカルに叩く」とか「体をリズムカルに揺らす」ようなことをしたりしている。

そんな仲間の様子を思い浮かべながら「ダメもとで試してくれるか？ひょっとしたら少しだけ楽になるかも」そう前置きしながら「試しに、自分の体を軽く叩いてみてよ」と彼に提案してみた。

彼は怪訝な顔をしながらも自分の胸のあたりをトントントン…と軽く叩き始めた。「こんな感じか？それで…」と言いかけたとき彼が言った。「あっ、なんだか少し楽な感じだ。感覚が少し落ち着く感じがする。でも何でだろう？」

「ふーん、そうなんだ。じゃあ、今度は耳の穴をふさいでみて。どう？」と伝えた。

「うーん、あんまり変わらないな」

「あれ、耳をふさぐのに楽にならないんだ。そっかあ…」

いや、まてよ。そう言えば、耳をふさぐ仲間の一人は、耳の穴をふさぐというより、耳たぶの裏側あたりを押さえてるような感じだったな…。

「じゃあ、耳たぶの後ろあたりを押さえてみてよ」

「こんな感じか？うーん。あれ、何コレ？すごい！なんか耳の穴をふさぐより、こっちの方がいい。ものすごくいい感じ」「ん、あれ？耳の少し後ろから、この角度で…これ、すごい。いいかも！さっきよりさらに聴覚が楽になるよ」

本人曰く、外界の音が少し低く感じられ、自分の声すら楽に聞こえるらしい。私には「自分の声すら楽に聞こえる」ことの意味すら良く分からなかったが、そんな私にかまうことなく、目をキラキ

ラさせて言った。「一気に楽になった！」聴覚過敏になってから、めまいまで起こし体を動かすことすら辛いとも言っていた彼は、その後、少し体調を持ち直した。そして今度は試しに軽く近所を走ってみたらしい。結果、「聴覚過敏はまだあるけど、走っていると頭がスッキリした」「自分の内部の感覚がぼんやりしてたり、ガチャガチャしているようなところが、走ることでチューニングしてはっきりしていく、という感じかな」

本人は自身の症状を「神経の過剰な興奮から始まった聴覚過敏」と勝手に推測していた。その後、「まだ若干、自律神経あたりがガチャガチャした感じがあるけど大分バランスが取れた感じになった」そうだ。加えて「聴覚が辛いときの対処法として『耳付近の指押さえ』『胸のトントン』を発見できたことも少なからず安心になっている、とも。

けやきの仲間が私の知り合いの辛さや不安を軽減させてくれたということか。感謝しかない。同時に、彼の症状が仲間の辛さと同じか否かは分からないが、仲間の辛さを理解していくための大事な仮説となった出来事でもあった。

12月29日(水)～1月3日(月) 年末年始休業日

1月4日(火) 新年開始日

1月10日(月) 成人の日(休業日)

1月13日(木) 避難訓練

2月10日(木) 理学療法指導

2月11日(金) 建国記念日(休業日)

2月17日(木) 摂食指導

2月23日(水) 天皇誕生日(休業日)

3月21日(月) 春分の日(休業日)

3月31日(木)～4月1日(金) 春季休業日

4月4日(月) 新年度開始日

その他の予定は、決まり次第その都度ご連絡致します。

新型コロナウイルスの状況により予定が変更になる事もございます。

