

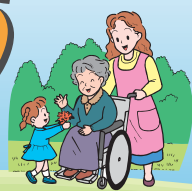
地域包括支援センター

シリーズ

その6

認知症の人の接し方を学ぼう

(高齢者をみんなで見守ろう編)



健康福祉課地域包括支援センター ☎ 25 1 1 8 2

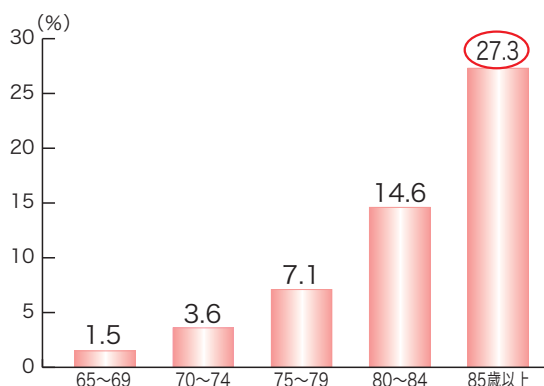


図1 年をとると認知症になる可能性が高くなる

認知症はいろいろな原因で脳の細胞が壊れてしまい、働きが悪くなるために起こる脳の病気です。

認知症は、高齢になるに伴い発症する可能性が高くなり、85歳以上になると4人のうち1人は認知症状があるとされています。(図1)

認知症になると、

- ・ものごとを覚えられない
- ・ものごとを忘れてしまう
- ・日付・時間が分からない
- ・自分や相手が誰か分からない

という症状がでてきます。このような症状を治すことはできません。しかし、その人の性格や地域の環境、こころの状態により、

怒る

- ・元気がなくなる
- ・「物をとられた」と思い込む
- ・道に迷って家に帰れない

などの状態は、周りの人の助けがあればよくなる可能性があります。

この部分をみなさんに助けていただきたいのです。(図2)

認知症になったときに最初に気づくのは本人です。物忘れによる失敗や、今までできていた仕事や家事が上手くいかないことが次第に多くなり、誰よりも早く、本人が「おかしい」と感じ始めます。

「認知症の人は何もわからない」のではなく、一番心配で、心細く、苦しんでいるのは、ほかでもない本人です。

認知症の人の「私が認知症のわけがない」「私は物忘れなんかしない」と言う言動は、やり場のない怒りや悲しみの表現であることを知っておくことが大切です。

周りの人がやさしい言葉をかけたり、手助けをしたりすることで気持ちが穏やかになり、症状の進行も緩やかにになります。(図3・図4)

認知症が心配なときは、早く病院に行くことが大切です。治せる認知症なのか、進行を止めたり遅らせたりできる認知症なのか、症状が軽い段階でわかれば良い効果が期待できるため、できるだけ早く病院で診察を受けてください。(図5・図6・ケース1~4)

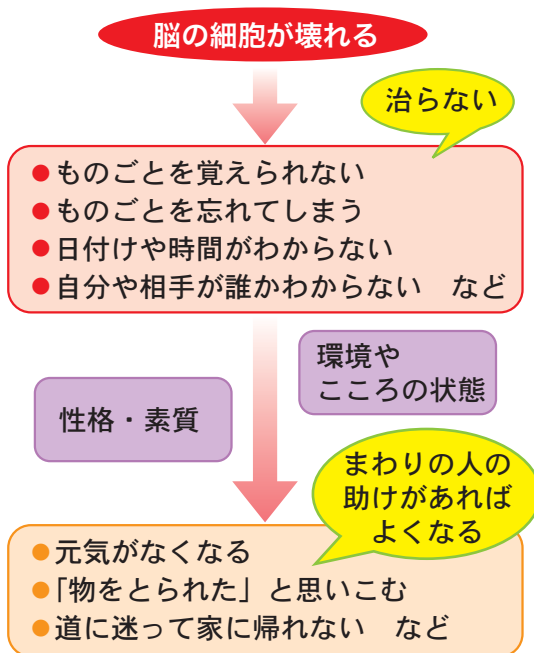


図2 認知症になると起こること

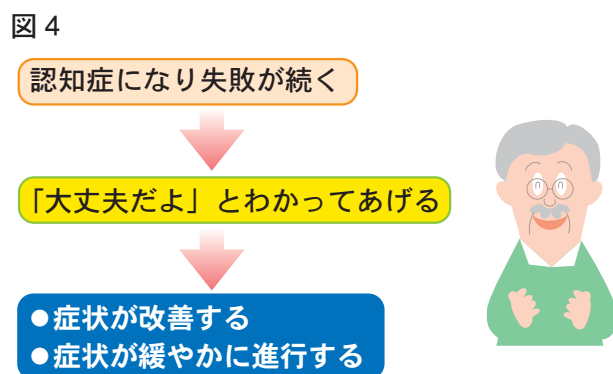
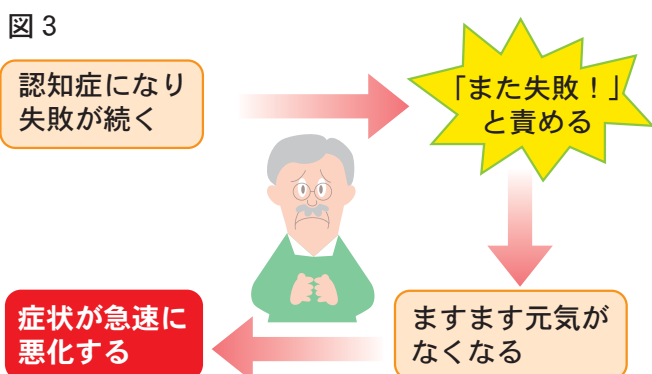


図 5

認知症が心配なときは

病院に早く行くことが大切です。早く治療すれば治せるものもあります。また、薬で進行を遅らせる場合もあります。

図 6

認知症の人と接するときの心構え

- ①時間がかかることが多いかもしれませんが、待ってあげましょう。
- ②できないこともあります、できることもたくさんあります。できることを大切にしてください。
- ③道で迷っているかたを見かけたら声をかけてあげましょう。
- ④認知症の人の不安な気持ちを理解しましょう。

こんな時はどうすればいいの？

ケース 1 「まだご飯を食べていない」と言われたら？

A 認知症の人は、直前の出来事を忘れてしまうので、説明してもなかなか理解できません。叱らず、「先にこれでも食べておいてね」とお菓子や果物を出したり、1 回分のごはんの量を減らしておいて、残りをおにぎりにして出したりしましょう。

ケース 2 「お金を盗まれた」と言われたら？

A 「また置き忘れたでしょ。」と責めるのは禁物。共感して一緒に探してあげましょう。本人が見つけ出せるように誘導したり、見つかったら一緒に喜んであげましょう。

ケース 3 トイレ以外の場所で排泄してしまう

A トイレのドアに「トイレ」と貼り紙したり、トイレまでの道順がわかるように矢印を貼ったりしましょう。排泄の失敗は本人にとって大きなショックです。プライドを傷つけない気遣いが大切です。

ケース 4 夕方になると、外へ出かけようとする

A 徘徊は、生まれ育った家に帰りたか、自分の居場所を求めるための行動だそうです。外へ出たときは一緒に歩き、機会を見て帰よう誘導しましょう。また、迷子になったときのために、洋服などに連絡先を縫いつけておきましょう。

～ 「認知症サポーター養成講座」をご利用ください ～



放課後児童教室「かもっ子」で開催されたキッズサポーター養成講座の様子

地域包括支援センターでは町内会・婦人会・老人クラブなどに出向いて、認知症のかたを理解し温かく見守るための「認知症サポーター養成講座」を開催しています。今年度は新たに「認知症キッズサポーター養成講座」を放課後児童教室「かもっ子」において、小学5・6年生を対象に開催しました。参加した児童からは「認知症はテレビでも見たことがあ

るけど、話を聴いてよくわかった」と言う声がかれました。こどものころから、認知症についての正しい知識・対応方法を身につけることは、生きることを考え、誰にでも優しく親切にすることの意義を学ぶ貴重な機会です。希望する団体へ出向いて講座を開催しますので、ぜひ利用してください。



各種団体の集いにも出向いて講座を行います



参加者からたくさんの質問をいただきました