

認知症を知ろう ～地域で笑顔で過ごすために～



指宿医療センター市民公開講座

平成30年11月23日(金)

木佐貫真子

認知症とは？

正しい判断ができなくなる病気



主な認知症の種類

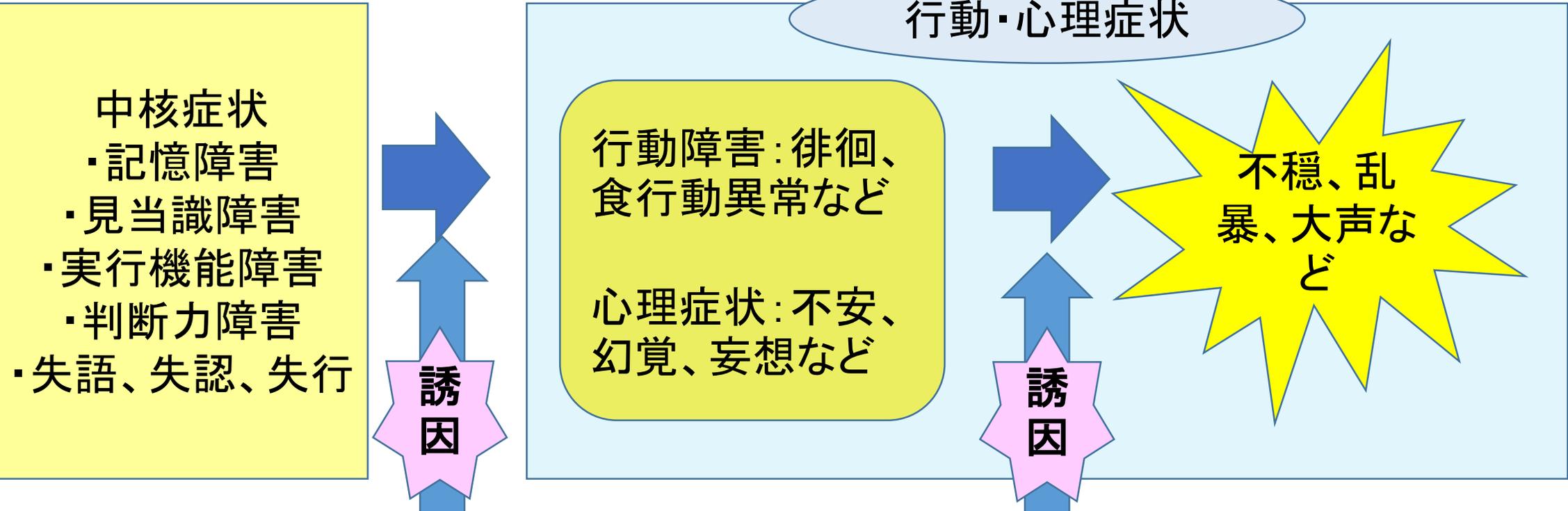
- アルツハイマー型認知症
- レビー小体型認知症
- 脳血管性認知症
- 前頭側頭葉型認知症

原因

- ・脳が傷つく(脳梗塞、頭の打撲、脳出血など)
- ・脳が萎縮する
- ・脳にしみ(老人斑)ができる



認知症の中核症状と行動・心理症状



環境要因

物理的環境：不適切な環境刺激（音、光、影、風空間の広がりや圧迫）など
社会的環境：不安、孤独、恐れ、抑圧、ストレス、プライドの失墜、
援助者の不用意な言動など
身体的環境：水分・電解質の異常、便秘、発熱、身体症状（疼痛、かゆみなど）
薬の副作用など

認知症の方への対応



“物盗られ妄想”

- **認知症の人特有の物忘れの症状がでている**

大事なものを自分で隠したことを忘れてしまい、「盗られてしまった」と思い込んでしまっている。「盗られていない」と否定するのは止める。

- **視力や聴力などの低下の可能性がある**

視力が低下していれば物を探すことが難しくなる。

聴力が低下していれば誰かが財布を隠したと話しているように誤解するかも。視力と聴力の確認を。

“物盗られ妄想”

- **お金で苦労した経験がある**

だまされる、お金に苦労するといった経験があるのかも。
大切なものを守りたい気持ちに寄り添う。

- **疎外感や孤独感をもっている**

周りの人が信用できず、お金を盗む人がいると思っているかも。
やさしさと温かさをもって一緒にいることで安心感をもってもらう。

“物盗られ妄想”

- 「物がなくなった」と激しく動揺しているときは、お金を盗られたと感じている現実を受け止め、気持ちに寄り添い、思いを聞いてみる。そのあと「一緒に捜しましょう」と声をかけて気になる場所を一緒に捜す。

一緒に捜した結果、周りの人が財布を見つけた時は「見つかった」と伝えず、さりげなく捜す場所を誘導するなどして本人にみつけてもらう。

そして「見つかってよかったですね」と本人の気持ちに寄り添う。

認知症の方が “失敗したとき”

●決して責めない

失敗によってもっとも辛く、恥ずかしい思いをしているのは本人。

「失敗した？」 「しっかりして」といった言葉はその人を傷つけ、心を落ち込ませる。

●必要な手助けをする

失敗が続くと次も失敗するのではないかと不安が大きくなります。

失敗しないようにサポートを。たとえばトイレにたったの排尿時に床を汚した場合、立つ位置がわかるように床に目立つ色のテープを張り、本人に説明をする。

認知症の方が “失敗したとき”

●できることはしてもらう

これはケアをする側が失敗させたくないと思ってしまう時のことです。この思いは認知症の人の能力を使わせず、自信をなくさせ、落ち込ませる原因となります。

たとえば、段取りを間違えて料理を失敗してしまった場合、野菜を切ってもらうことはできる。残された能力を使うことで落ち込むことなく自信をもって生活していくことができる。

認知症の方への対応のまとめ



認知症の方への対応

求めていることを「見つける」

こんな思いから今回の行動が起きたのだろう、こんなことをしたかったんじゃないかなどを仮説をたてる。

思いを「聞く」

認知症の人の声（思い）に耳を傾け、話をよく聞く。

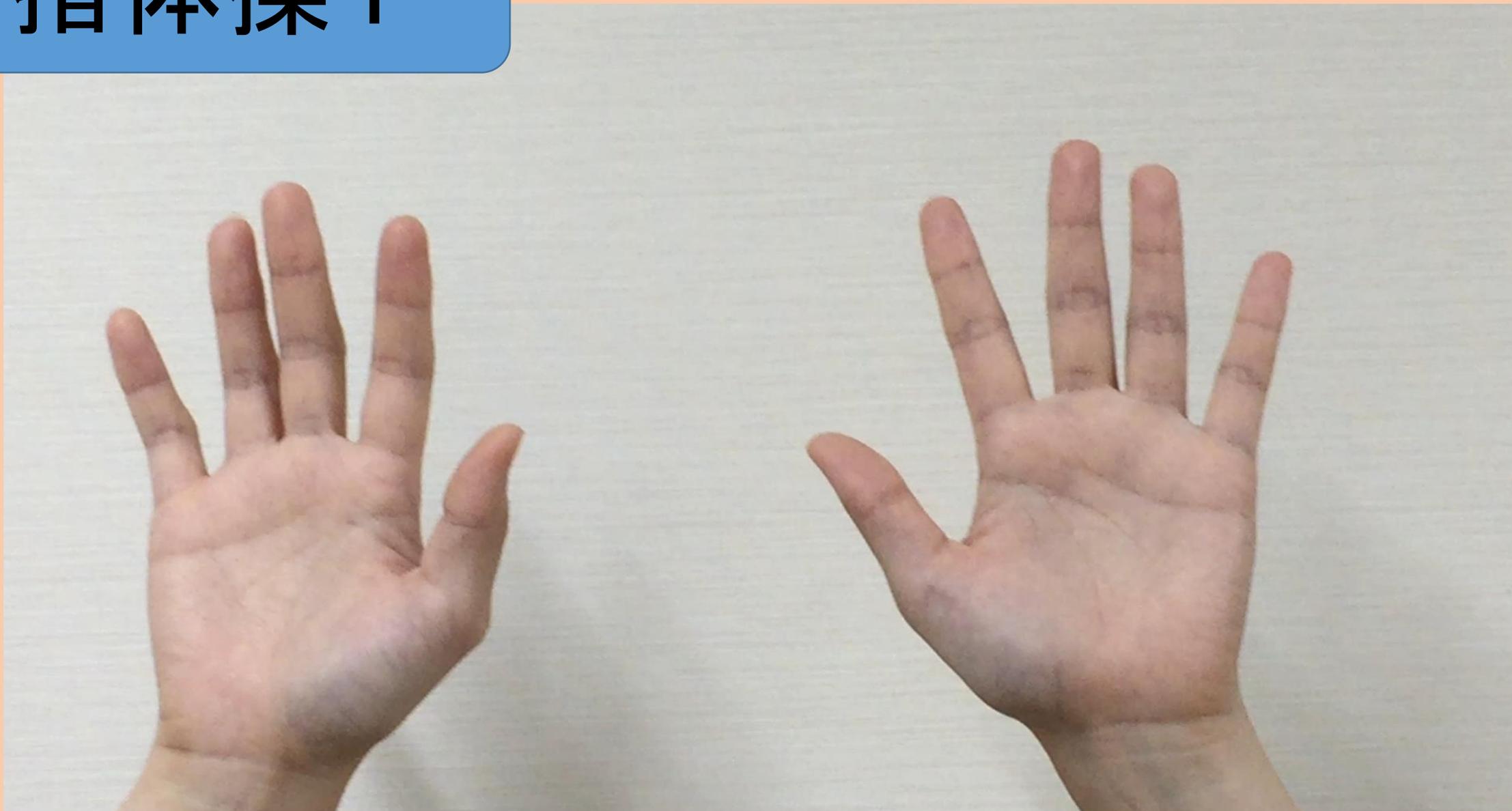
情報を「集める」

その人のことをよく知る
体調が悪いのではないか
性格、生活習慣、趣味、家族構成等

予防体操



指体操 1



指体操2

