

認知症は他人事ではありません。とても元気があった人が、何かをきっかけに発症したということもありました。私も、自分がなるかもしれないという気持ちがあります。ですから、多くのの人に認知症を理解し、認知症の人の気持ちを考えてほしいです。

認知症の人といっても、人によって、日によって症状や行動が違います。ですから対応も一人一人違ってきます。私たちが同じように、その日あった出来事によって、気持ちの浮き沈みもあります。この施設の利用者の半分以上は認知症の人です。私たち職員は、利用者に声をかけ、コミュ



にしくぼ
西窪 ミエ子 さん
小規模多機能ホーム茶のん村
園長 介護福祉士

また、認知症の人が何か失敗をしたからと

切だと思いません。

温かい気持ちは きつと伝わる

ニケーションの中から、その人がどういう人で、何が趣味なのかなど、まづ話を聞くことから始めます。そして、信頼関係を築き、普段の表情などから何をしたいのか分かるようになりまます。ですから、まづは勇気をもって声をかけてください。

いつでも、頭ごなしに怒らないでください。行動には原因があります。失敗してしまったことを分かっているのは本人です。そして心が傷ついているのも本人。自分の立場なら、どうしてほしいか、何をされたら傷つくかを考えてみてください。温かい気持ちはきつと伝わるはずですよ。まづは認知症の人の気持ちを考えて、心に寄り添ってみるのが大切だと思います。

認知症の人の心に寄り添って まずは声をかけて

INTERVIEW

介護の現場で働く人に聞きました

認知症の 理解を深める

認知症は、病気。予防方法や、さまざまな症状、治療があります。

特定医療法人 浩然会 内村病院
精神科医 とだか かずなり 戸高 一成 さん

認知症サポート医。診療所などの主治医（かかりつけ医）への助言をはじめ、地域の認知症に対する医療体制の中核的な役割を担っている。



早めの気づきが早期発見に。

かかりつけ医に早めの相談を

INTERVIEW

地域医療と介護の連携役「認知症サポート医」に聞く

認知症とは

私たちの脳は、生きていくための機能を操縦しています。脳は、部位によって役割があり、脳細胞が死んだり、働きが悪くなると、さまざまな障害が起こります。その状態を認知症といえます。

認知症になると、今までできていたことができなくなり、食事をしたこと自体を忘れるなどの記憶障害や、時間や場所、人物などの見当がつかなくなる、理解力や判断力が衰える、といった症状があらわれます。

また、それらの症状に本人の性格や心の状態、周囲の環境、人間関係などが影響し、妄想や徘徊、攻撃的な言動などが出てくることもあります。

さまざまな病気が原因

認知症の原因にはさまざまな病気があります。最も多いのはアルツハイマー病です。脳細胞が変性したり、消失することで脳の機能が低下していきます。また、脳梗塞や脳出血など脳の血管障害によって起こる脳血管性認知症や、パーキンソン病と同様の症状や幻視が起こるレビー小体型認知症などがあります。

早期発見・早期治療を

認知症の初期症状は、ほかの精神病、特にうつ病との判別が難しい場合があります。ですから専門の医療機関への受診が必要です。現在、地域包括支援センターやサポート医、かかりつけ医が中心となった認知

症のサポート体制があります。

認知症には、原因となる病気によっては早期治療で良くなったり、進行を遅らせることもできます。まづは地域包括支援センターやかかりつけ医に相談してください。何か今までと違うという周囲の気づきが認知症の発見につながる事が非常に多いです。気づいたことがあれば医師に伝えてください。

認知症は、症状が軽いうちに発見できれば、病気とどう向き合い、今後どう生活していくかの準備や手配ができます。今後、病気が進行しても自分らしい生き方を選択できるというメリットがあります。また、本人の家族は、相談することで心構えをすることができます。

認知症の予防を

認知症は、発症のリスクを減らすことで予防することができます。特に高血圧、高脂血症、糖尿病など生活習慣病の予防が大切です。食事や運動に気を配り、発症や進行を遅らせることができます。

周囲の人のサポートを

認知症の症状には、周囲の気づきや助けがあれば良くなるものもあります。そのためには、皆さんの認知症に対する正しい理解が大切です。

DATA 認知症の人に対応するときは

認知症の人への対応の心得 3つの「ない」

- 驚かせない
- 急がせない
- 自尊心を傷つけない

認知症の人への具体的な対応の7つのポイント

- まずは見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかけるときは一人です
- 後ろから声をかけない
- 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- おだやかにはっきりした滑舌で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する