

認知症について

みなさん、最近テレビなどで取り上げられている「2025年問題」をご存知でしょうか？
2025年に団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になり、医療・介護・福祉に大きな影響を与えると考えられています。超高齢社会を迎えている日本にとって大きな分岐点になるとも言われており、解決していかなければならない課題が多くあります。その中の1つに認知症高齢者に対する介護があります。最近の研究では85歳の4人に1人は認知症ともいわれています。多くの人が認知症を患う可能性があります。認知症についての知識を正しく得ることで、地域で認知症高齢者の方々を支えていきましょう。

❖認知症とは？

認知症とは病気の名前ではありません。
脳の細胞が壊れることで、「物忘れ」や「段取りが悪くなる」など、日常生活がしづらくなる状態を言います。

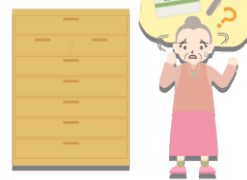


❖認知症の原因は？

脳の老化によって罹りやすくなるともいわれています。
最近では、高血圧や糖尿病など生活習慣病が原因になるとも言われています。
はっきりとした原因は未だ不明であるとも考えられています。
最も有名な病気はアルツハイマー型認知症です。他にもレビー小体型認知症、脳血管性認知症など様々な病気があります。

❖アルツハイマー型認知症の主な症状は？

- * 物忘れ
- * 日にちや時間、場所がわからなくなる
- * 同じことを何回も聞く
- * いつもの道で迷う
- * 段取りが悪くなる



→ このような症状が続くようなら、早めに相談しましょう。

❖主な相談場所は？

- * かかりつけ医
- * ケアマネージャー
- * 地域包括支援センター
- * 物忘れ外来など



→ 早期発見・早期対応で認知症の進行を遅らせることが出来る可能性があります。

❖認知症の介護のポイントとは？

認知症に罹ると、上記のような症状により周りの人が、「困ったな」と感じてしまうことがあります。例えば、物忘れのため、自分がしまった財布の場所を忘れてしまい、盗られたと勘違いし、身近にいる人が犯人あつかいされてしまうことがあります。また日にちや時間、場所がわからなくなり、夜中に突然、仕事に行く、買い物に行き迷子になってしまうこともあります。そのような時、どのように接したらよいのか悩んでしまい、ご本人さんを怒りたくなってしまうこともあると思います。そこで「困ったな」と感じる症状への対応についてのポイントをお伝えします。

◆同じことを何回も聞く

「さっき言ったでしょ」「何回聞いたら気が済むの？」など、ご本人を攻めることは避けましょう。認知症の症状により、覚えることが困難になっています。

何回も根気よく、丁寧に説明をしてさしあげましょう。

また、例えば時間、日にちを何回も聞かれる際は、カレンダーや時計など目印となるような物をおきましょう。メモに書いて机や壁など目に付くところに貼っておいてもよいでしょう。

◆財布など大切な物を盗られたと騒ぐ

このような症状は「物盗られ妄想」と言われています。ご本人がしまった場所を忘れてしまい、盗られてしまったと思い込んでしまいます。盗ったと思い込む対象の人は、身近でお世話している人が多くなります。特に、同居しているお嫁さんが多いです。

注意をしなければならないことは、対象となる人に嫌がらせをしているわけではありません。認知症の症状により忘れてしまっているのです。

怒ったり、否定しても逆効果で、かえって妄想が強くなる可能性もあります。大切な物がなくなって心配している気持ちを、察することが大切です。一緒に探し、ご本人に見つけてもらえるように促しましょう。また、ご本人が大切な物をしまう場所を、普段から把握しておきましょう。

◆時間にかまわず家から出て行ってしまう

これは「徘徊」と言われています。原因は様々です。

例えば、

- ・買い物に出かけた途中で、買い物に行こうと思ったことを忘れてしまう、
- ・時間の感覚が薄れ、夜中でも仕事に行かなければならないと思い込んでしまう、
- ・理由はわからないが、ソワソワして落ち着かない、

などがあります。原因を知り、対応することが必要です。

対応としては、無理に止めると興奮され逆効果になることもあります。一緒にしばらく散歩をすることも良いでしょう。

そして、安全のための対策をしましょう。

ご近所や、警察にあらかじめ相談し、徘徊を見つけたら声をかけていただくなど、地域の方々の協力を得ることも大切です。



私たちが「困ったな」と感じる症状は、私たち以上にご本人が「困っている気持ち」が強く表れていると、考えることが大切です。とはいえ、優しい対応だけでは症状が治まらない時が多々あります。そのような時は抱え込まずに、かかりつけ医やケアマネージャーなど誰かに相談しましょう。

お互いに支えあいながら、住み慣れた地域で穏やかに過ごせるようにしたいですね。

