

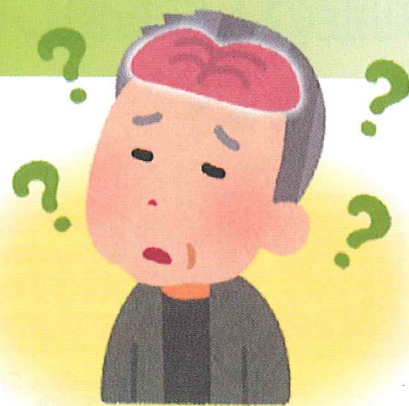
認知症ってどんな病気？

認知症はとても身近な病気です。

認知症は老化ではなく脳の病気です。

脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し日々の生活に支障が出てくる状態を言います。

早期発見できれば、治療可能な認知症もあります。



加齢によるもの忘れと認知症の違い

加齢によるもの忘れ

「何を食べたか」思い出せない

体験したことの「一部」を忘れる

ゆうべ何
食べたかな？



- 判断力は低下しない
- ヒントがあれば思い出す

日常生活に大きな支障はない

認知症によるもの忘れ

「食べたこと」自体を忘れる

体験したことの「全体」を忘れる

ごはんまだ？



- 判断力が低下する
- ヒントがあっても思い出せない

日常生活に支障がでる

軽度認知障害(MCI)^{エムシーアイ}とは？

軽度認知障害(MCI)とは認知症の前段階で、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活への影響はほとんどなく、認知症とは診断できない状態のことを言います。この段階で発見して適切に対処すれば特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、又は先送りできると言われています。

軽度認知障害(MCI)の特徴

認知症のサインまではいかなくても、少しだけ加齢によるもの忘れが強いと感じたら、MCIの可能性も考えられます。

- 以前と比べてもの忘れなどの認知機能の低下がある、本人が自覚している、また家族等によって気づかれる
- もの忘れが多いという自覚がある
- 日常生活にはそれほど大きな支障はきたしていない

ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。

(厚生労働省 みんなのメンタルヘルスホームページより)



認知症の種類と特徴

認知症は大きく4つの種類に分けられます。

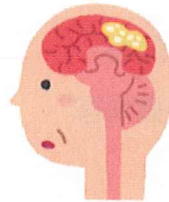
アルツハイマー型認知症

- 物の忘れ(新しいことが覚えられない、すぐに忘れる)
- 時間や場所がわからなくなる
- 同じ質問を何度も聞く
- 被害妄想や暴言・暴力に発展する可能性もある



レビー小体型認知症

- 手足の震えなどが見られ、転びやすくなる
- 子どもや虫など幻視が現れたりする
- 夢を見て反応し、大声をだすことがある



脳血管性認知症

- 脳の障害を受けていない部位の機能は保たれる
- できることとできないことの差が大きい
- 感情の起伏が激しくなる(すぐに泣き出す、怒る)



前頭側頭型認知症

- 反社会的行動(万引きなど)が目立つ
- 同じことを言ったり、同じ行動を繰り返したりする
- 意欲や理性、感情のコントロールが難しくなる



早期発見が大事な理由

1 早期治療で改善も期待できる

原因によっては、早い段階で治療を開始すれば、改善が期待できるものもあります。



2 進行を遅らせることができる

症状が悪化する前に、適切な治療やサポートを行うことで、その後の症状の緩和が期待できる場合もあります。



3 事前に準備ができる

症状が軽いうちに、本人と家族が話し合うことで、認知症に向き合った今後の生活への備えをすることができます。



認知症の症状について

認知症の症状は「中核症状」と「行動・心理症状」の2つに分けられます。

中核症状

脳の細胞が壊れて起こる症状

*治りにくい

*認知症のお薬により進行を遅らせることができる

記憶障害	覚えられない、すぐ忘れてしまう
見当識障害	時間、場所、人がわからなくなる
失行	着替えができなくなる
失語	言葉がでてこない、言い間違える
実行機能障害	料理など家事ができなくなる
理解・判断能力障害	難しい話がわからない



本人の性格や気質、周囲の環境や人間関係が影響

行動・心理症状(BPSD)^{ビービーエスディー}

性格、人間関係、環境によって出る症状

*周囲の対応方法や環境を整えることで、症状を和らげることができる

行動症状	徘徊、異食、暴力・暴言、睡眠障害など
心理症状	不安、幻覚、妄想、うつ状態など



認知症の方への接し方

「何かおかしい」と認知症のサインに気づくのは、本人だと言われています。

一番心配し、心細く、苦しんでいるのは本人です。

認知症の特徴を知り、接し方のポイントを押さえておきましょう。

認知症の方への対応の心得3つの「ない」

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない



具体的な7つのポイント

- ①まずは見守る
- ②余裕をもって対応する
- ③声をかけるときは1人で
- ④後ろから声をかけない
- ⑤目線を合わせて優しい口調で
- ⑥おだやかに、はっきりした話し方で
- ⑦相手の言葉に耳をかたむけてゆっくり対応する

参考元: 全国キャラバン・メイト連絡協議会 キャラバン・メイト養成テキスト

認知症の人の症状と対応

気持ちに寄り添って
接することが大切です

1 病院の受診日や約束を忘れてしまう

最近のことからだんだん忘れていくという特徴があります。症状が進行するにつれて以前は覚えていた記憶も欠けていきます。記憶が失われてしまい、周囲とトラブルを起こすことも少なくありません。

病院に行く回はいったったかな



2 時間・場所・人がわからなくなる

症状が進むと人を間違えることが多くなります。

家族や親せき、友人であっても認識できない場面が増えます。子を孫と認識するなど相手と自分の関係を間違えることもあります。

あの人はどちらさまだったかな



ポイント

- *カレンダー等を活用し予定を書き込む。
- *メモを見て行動を見直すように促す。
- *通院の曜日や時間をなるべく変えないようにする。

ポイント

- *間違いを訂正し、真実をわからせようと説得することは、かえって混乱を招くので、否定をせず、いつも通りに会話をして本人の話を真剣に聞く。

3 物を盗られた!と思い込む

高齢になると「置き忘れ」をすることはありますが、認知症の方は「自分が置き忘れた」自覚がありません。置き忘れた事実を覚えていられないため、「ない=盗られた」と思い込んでしまいます。

財布がなくなった!



4 徘徊(ひとり歩き)で道に迷う

周りから見ると意味なくうろうろ歩き回っているように見えるかもしれませんが、本人にとっては理由があります。自分のいる場所や時間の感覚が分からなくなって道に迷い、歩き続けます。

あれ?ここはどこ...



ポイント

- *まずは否定も肯定もせず「困りましたね」と一緒に探す。
- *見つけたときは「良かった」と一緒に安堵する。
- *見つからない時は、お茶に誘うなどして気分を変える。

ポイント

- *無理に止めようとせず、一緒に出かける。
- *衣類や持ち物に名前や住所を縫い付けたり、持ち物に付けておく。
- *行方不明になっている時は速やかに警察に連絡する。

介護が虐待にならないために

暴力だけが虐待
ではありません

身体的虐待	殴る・つねる・蹴るなどの暴行、薬の過剰投与やベッドに縛り付けるなど
ネグレクト	衰弱させる・減食や長時間の放置、同居人による虐待行為を見て見ぬふりをするなど
心理的虐待	怒鳴る・ののしる・侮辱する・訴えを無視するなど
性的虐待	性的な行為の強要・裸で放置するなど
経済的虐待	生活に必要なお金を渡さない、年金や貯金を本人に黙って使い込むなど

虐待が起こる原因は様々です。虐待は介護をする人も、したくてしているわけではありません。介護に直面する誰もが経験する問題でもあり、決して特別なことではありません。

- 「虐待かも…」と気づいた時は、ご相談ください。
- もし、悩んでいる方がいれば、ご紹介ください。

田川市地域包括支援センター
☎ 0947-42-9420