



認知症サポーターキャラバン

こんにちは、半年ぶりに寺田が今回も「認知症の症状別対応ガイドブック」
大阪大学精神医学教室・数井裕光先生の本を参考に



寺田律子

介護にあたっての基本的な考え方

 をお伝えします。

1. 尊厳を守る

つい、20~30年前までは、認知症の人は「何もわからない人」と思われていました。しかし、現在ではたとえ認知症になっても、適切な援助を受けながら、社会生活を継続して送ることができる人であると分かってきました。

「あれができなくなった」「これがわからなくなった」と、認知症の症状にばかり目をやるのではなく、本人の変わらない本質を見つめて、その時々に必要な手助けを行うことが大切です。

認知症の人を**子ども扱いせず**、介護する周りの方が、もし**自分が認知症になった時にしてほしいと思えるようなケアを**、私たちはすべてにおいて心がけていきたいと思えます。

2. できることは本人に

介護されている方は、つい親切心から認知症の人に関わるすべてのことをやっけてしまいがちです。

しかし、もし自分なら、と考えてみてください。

何もかも人に助けてもらい、自分が**人の役に立つ**ことのない生活、これはある意味まるで「生きがい」のない生活だと思えます。

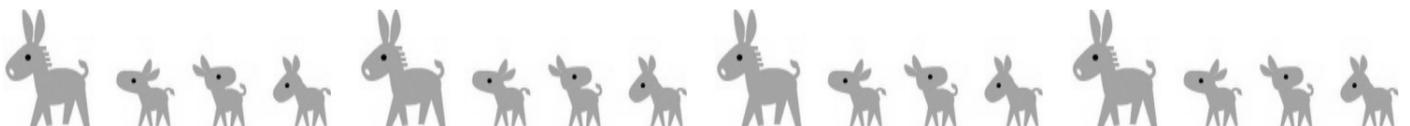
認知症の診断を受けても、まだまだできることはたくさんあります。できることはどんどん本人にやってもらいましょう。

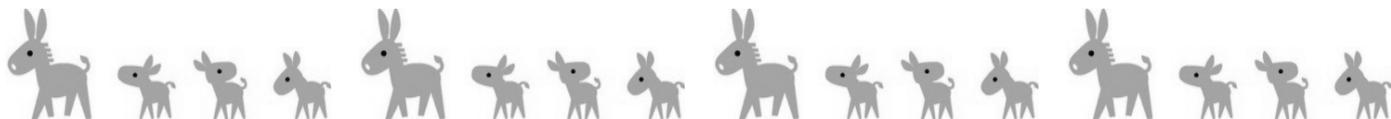
「昔取った杵柄」といいますが、昔覚えたこと、体で覚えたことは、なかなか忘れないものです。苦手なことは手助けし、**得意なことは積極的に本人にお任せする**。それによって本人の**自尊心**が保たれ、いきいきとした生活を営むことにつながります。

北海道傾聴塾 会員
傾聴とは、お話を聴かせて頂くボランティアのことです。話すことで気持ちが楽になったり、心の整理ができたりするお手伝いをさせていただきます。



【ひとこと】 2004年に京都で国際アルツハイマー病の国際会議が開かれました。そこで初めて認知症になって10年目の男性(57歳)が自ら思いを言葉にしました。「病気になったことは本当にくやしい、できることなら、もう一度働いて妻に恩返しをしたい」とその言葉を聞いて「認知症の人は何も分からない人」から「ケアを必要とする人」と認知され侮辱を意味する「痴呆」から「認知症」へと変更されました。





3. 困った症状を考える

認知症の人は、時に徘徊や妄想など、とても困った症状を示します。

周りにいる人達は、ついその目の前の症状に気をとられて

- 徘徊する → 家から出られないよう鍵をかけよう
- 妄想がある → 適当にごまかして忘れさせよう

などといったその場その場の対応をとりがちです。

もちろん、こうした対応がすべて悪いわけではありません。

特に危険な行為の場合は、緊急に止めなくてはなりませんから、手段を選んでいられないのが正直なところです。

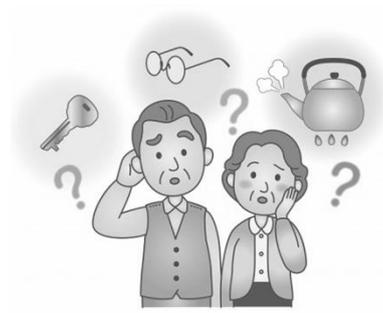
ただ、認知症の人がさまざまな症状を示すのには、必ずそれなりの理由があります。

困った症状の原因として考えられるのは

- 心理的な要素（不安はもっとも重要、その他、さびしさ、怒り など）
- 周囲の働きかけの問題（いきなり手をつかんだ、大声で呼びかけた、行く手を遮った など）
- 体調の不調（便秘、脱水、空腹、痛み、かゆみ、運動不足、発熱 など）
- 薬の影響
- 環境（騒々しい、まぶしい、なじみがない、臭いがする など）
- 以前の習慣（毎日会社へ行った、農家で畑を耕していた など）

といわれています。

ご家族だけでこの原因を見きわめるのは難しいので、日ごろ本人と接している皆さんと十分話し合っ
て、知恵を出し合い、根本的な解決を図って行きましょう。



【私の体験から】

7、8年前のことです。母との会話の中で「聴こえない」と言われることが多くなり、大きな声で話すようになりました。時として繰り返す言葉は、怒鳴り声のように聴こえたのでしょうか。母は聴き返すのを止め、適当な返事をするが多くなってきていました。

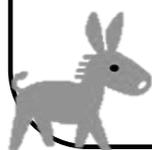
まだまだ日によっては、良く聴こえることもある母に、私は「聴こえないと適当な返事をするでしょう。そうすると変な人だと思われるよ」と言って補聴器を勧めました。

違和感を覚えていた母は、すぐに快く応じてくれました。それからの母は、聴こえない人を見ると「何で、補聴器つけないんだろうね」と話しています。

聴こえないと話がかみ合わず、聴き手に違和感を与えます。大きな声は、聴く方も話す方も疲れてしまいます。そうなると会話が減り認知症へのリスクが高まります。

聴こえに違和感を覚えたら、**早めの対策**をお勧めします。

『キャラバンメイト・ロバの会』は、みなさんの応援者です



【お問い合わせ】キャラバン・ロバの会
代表 齊藤千香子 ☎ 090-6215-5822
地域包括支援センター ☎ 5-1165



認知症サポーターキャラバン