

安心の設計

介護、医療、子育て、老後
のご意見・疑問をお寄せ下
メールansin@yomiuri.com
ファクス03・3217・9957

認知症 いろいろ

3

とがめず怒らず相手の立場で

何度も同じことを尋ねたり、コンロの火を消し忘れたり……。認知症のせいとわかっていても、繰り返されればつい、カッとなってしまいそうです。認知症の人の様々な症状に対応する時、家族など身近な人は、どのようなことに気をつけて接すれば良いのでしょうか。

認知症の人などに訪問診療を行う湘南いなほクリニック(神奈川県平塚市)の内門大丈院長は「できるだけ穏やかに話すよう心がけてください。責める口調は相手に不安を与えます」と話します。認知症になっても、感情がなくなるわけではありません。怒られたという出来事を忘れても、不安や恐怖などマ

イナスの感情は残ります。何度も叱責されるうち、自信をなくしたり、抑うつ状態になったりといった影響が出る可能性があります。内門さんは「認知症がどうかにかかわらず、相手を一人の人として尊重して接することが何より大切です」と強調します。認知症では、出かけて家への帰り道がわからなくなった

り、「財布を取られた」と思い込んで家族を責めたりなど、「行動・心理症状(BPSD)」と呼ばれる症状が表れることもあります。こうした行動には、その人なりの理由があることも多く、適切に対応すれば、症状を和らげられる可能性があります。例えば、夜中に背広を着て

認知症の人に接するとき 気をつけたいことの例

好ましい対応

- おだやかに答える
- 役割を持ってもらう
- 不自由なところを見極めてサポート
- 本人の話を受け止める



傷つく対応

- きつい言葉でしかる
- のけものにする
- 子ども扱いして、何でもやってあげようとする
- 本人の話を否定したり、反発したりする



内門大丈さんへの取材をもとに作成

知識が力に ■ 「家族の会」活用

出かけようとする人は、社勤めをしていたときの気持ちになっていくかもしれない。外出を止めようと思ったり、「夜中に何を言っているの」と怒るより、相手の立場に立ち「きょうは日曜だよ」と声をかける方が有効かもしれない。相手の様子をよく見て、「どこに行きたいの?」と聞くなど、理解しようとする姿勢が大切です。知識があれば、心構えができることもあります。レビー小体型認知症の症状に幻視が多いことを知っていたら、誰もいない部屋なのに突然、「子どもが座っている」などと言われても、驚かずに済みます。BPSDは身近に介護する人にとって、深刻な悩みにつ

「成功体験」サイトで共有

家族や介護職員などが、認知症の人への対応でうまくいった経験を共有できるウェブサイトがある。高知大の数井裕光教授らが2016年から公開している「認知症ちえのわnet」だ。誰でも利用でき、認知症の人の性別や要介護度を登録したうえで、「どんなことが起こったか」「どう対応したか」「うまくいったか」を投稿する。投稿は、研究チームの医師らが集計・分析しており、どんな対応がどのくらい有効だ

ったかもわかる。例えば、食事をしたことを忘れて「ごはんは?」と聞かれた時、食べ終えた食器などをすぐに片付けずに見せて落ち着いたのは75%、という具合だ。これまでに約3000件の投稿が寄せられている。数井教授は「意外な結果がわかることもあり、私たちも参考にしている。投稿件数が増えるほど精度が上がるので、ぜひ多くの人に活用してほしい」と話している。

* 投稿、医師らが集計・分析

ななるものです。抱え込まずに、対応に困ったときには、かかりつけの医師や介護職などに聞いてみましょう。自治体などが開く、認知症の人を介護する家族が集えるカフェやサロンもあります。公益社団法人「認知症の人と家族の会」では、電話相談を実施しています。(小沼聖実)

* 次回は25日に掲載する予定です。