

認知症の方との関わり方

P.3~6の「認知症の経緯 早見表」で登場した「介護者の会」のメンバー「手取川さん」一家を例に、認知症患者さんへの対応の仕方を見てみましょう。

※登場人物は架空のものであり、実在の人物とは関係ありません。



ケース① トイレがうまくいかない



考えられる原因

- ・トイレの場所がわからない
- ・トイレの使い方がわからない
- ・着脱しにくいズボンをはいている

認知症の方は、そうでない人と同じようにトイレの失敗に恥ずかしさを感じます。ケアをする場合は、このような気持ちをしっかりとくみとってあげることが大切です。失敗しても、嫌な顔をしたり叱ったりせず、自尊心を傷つけないようにしましょう。

こう対処しましょう



ケース② お風呂をいやがる

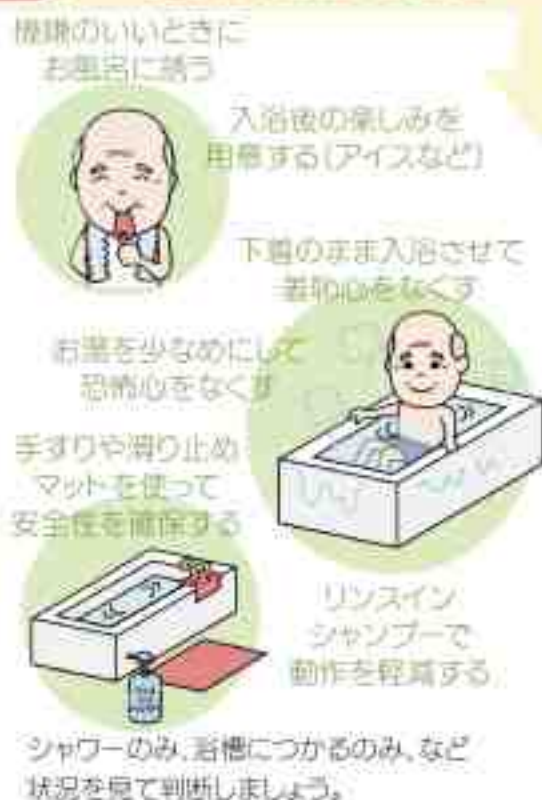


考えられる原因

- ・変化を嫌う
- ・入り方がわからない
- ・入浴すると疲れる
- ・裸になるのが恥ずかしい
- ・湯船がこわい

認知症でも初期は身体機能が保たれているため、なるべく一人で入浴してもらうことが基本です。入浴を手伝うときは自尊心を傷つけないよう配慮しましょう。

こう対処しましょう



ケース

③

身だしなみに気を配らなくなる

こう対処しましょう



考えられる原因

- ・無関心・無頓着になる
- ・着の着方、脱ぎ方がうまくいかない

身だしなみを整えることで生活リズムが確立され、活動的に過ごせるようになり、認知症の進行予防にもつながります。

洗顔や歯磨きを促す



—自分でやろうとしない場合—

濡したタオルで顔をふく



ひげそりやお化粧を手伝う



—衣服の着脱が困難な場合—



マジックテープを利用する

腰やファスナーに取っ手をつける
ウエスト部分がゴムの衣服を利用する

ケース

④

同じ質問を繰り返す

こう対処しましょう



考えられる原因

- ・聞いたことをすぐにおぼれてしまう
- ・忘れる事を心配して何度も確認する

何度も同じ質問をされると家族はうんざりするかもしれませんが、認知症の方にとっては、常に初めての質問です。

認知症の方は答えを聞けば安心・納得します。

初めて尋ねられたように
根気よく同じことを答える



同じ言い回しを使うと
相手が混乱しません。

「...で、今日は何曜日?」
「ちょっと待ってくださいね
これが済んだら
ゆっくりお話しましょう」



忙しくても
相手を受け入れる
推す強い心がける

ケース

⑦

当てもなく歩き回る



考えられる原因

- ・場所の見当識障害がある
(本人がどこにいるのかがわからない)
- ・「帰りたい」という衝動からゆかりのある場所へ行くこととする

非道を無理に押さえつけると欲求不満の原因になります。

一方で、放っておくと交通事故にあう危険性もあるため、積極的に何らかの対応・予防策を講じる必要があります。

「迷子札」を衣類につけておく
本人は気付かず、他人から目につきやすいところが適しています。

こう対処しましょう

認知症の方の発言に応じた言葉をかける



徘徊しているのを見かけたら連絡してもらえるように声をかけておきましょう。



ケース

⑧

あり得ない考えにこだわる



考えられる原因

- ・本人がしまった場所を忘れてしまい、「盗まれた」と思い込んでしまう

妄想の中でも認知症の方にたびたびみられるのが「もの盗られ妄想」です。認知症の方は探し物が見当たらないと不安になり、身近な人を疑ってしまいます。反論すると妄想はさらに強くなるため、疑われても受け流すくらいの余裕を持って接しましょう。

こう対処しましょう



もし、認知症の方より先に見つけても、犯人だと思われるため、認知症の方に教えてはいけません。認知症の方が自然に見つられるように誘導してあげましょう。見つかったら、「よかったですね」と声をかけて、一緒に喜ぶことが大切です。

処分したものを「盗られた」と思い込んでいる場合



とにかく一緒に探し、疲れたらひと休みします。休んでいる間に何をしていたのか忘れてしまうことがあります。

ケース

9

暴力をふるう



考えられる原因

- ・身の危険を感じた、嫌なことを強要されたなどがきっかけになることがある
- ・居場所がないという不安や思い通りにいかない焦りがストレスになる
- ・痛みやかゆみ、眠気、便秘、空腹といった体調の変化が原因となることもある

認知症の方は抑えがきかず、感情のコントロールが困難になっていることがあります。暴力を力づくで抑えるとますますエスカレートしてしまいます。

身の危険を感じたら第三者に対応してもらいましょう。認知症の方の暴力や攻撃的な言動を我慢しすぎるのはよくありません。精神的につらくなったら主治医に相談しましょう。

こう対処しましょう

認知症の方の怒りに十分耳を傾け、その人なりの思いを受け止める



暴力をふるうようになったら、認知症の方に何があったのか原因を探り、同じ対応を繰り返さないよう注意しましょう。

原因を探る



積がっていること（例えば入浴や着替えなど）を無理強いしない

スキンシップをはかる



ケース

10

ないものが見えたり聞こえたりする

だっ誰ですか？



誰も見えななんだ
けどな！

考えられる原因

- ・幻覚を生じやすいタイプの認知症の方がいる
- ・不安や孤独など、精神的に強いストレスがかかることによる
- ・加齢により視力や聴力が低下し錯覚している場合もある

認知症で妄想とともによくみられる症状です。特に夜間に自立します。「何も見えませんよ」などと断らねばならず、認知症の方の不安や孤独が増えて、症状が悪化するため注意が必要です。

こう対処しましょう

本人の訴えをよく聞いて話を合わせる



「壁に虫がいる」

⇒追い払うふりをしましょう。

「音がうるさい」

⇒音のするほうへ向かったふりをして

「もう聞こえませんね」と安心してもらいましょう。

視力や聴力を
チェックする



ケース

11

家族を他の人と間違える



考えられる原因

- ・記憶障害が進行して今と昔を混同している
- ・顔を見分ける脳の働きが低下する

「人物誤認」といわれる症状で、とてもよくみられる症状のひとつです。妄想や幻覚と関連して生じる場合もあります。

こう対処しましょう

間違えられても否定せず、合わせて「演技」する



しばらくその場を離れる



時間がたつと症状がなくなることがよくあります。

ケース

12

夜眠らない



考えられる原因

- ・心配事がある
- ・夜間の頻尿
- ・空腹を感じている
- ・昼寝をしたため夜眠れなくなる
- ・夜間に幻覚などの精神症状が生じる

認知症の方が夜眠らない原因はさまざまです。そのつど原因を考えながら対処することが大切です。

こう対処しましょう

眠りやすくなる工夫をする



足湯でリラックスさせる



規則正しい生活を心がける

日中は刺激のある活動を習慣にする



寝る前にトイレをすませる

(参考：アルツハイマー型認知症患者さんへの接し方 こんなときどうするの？ 慶応義塾大学医学部 精神・神経科学教室 教授 三村 將 監修)