

認知症の方との関わり方

P.3~6の「認知症の経過・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。



手取川 貴与資 息子夫婦

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みとめ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



トイレのトラに
ルーティンを記録して時間で
トイレへ誘導する



正しい位置に
マークをつける



ウエスト部がゴムのズボンや
スカートを選ぶ

ケース② お風呂をいやがる



考えられる原因

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

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

機嫌のいいときに
お風呂に誘う

入浴後の楽しみを
用意する(アイスなど)

下道のまま入浴させて
羞恥心をなくす

お湯を少なめにして
恐怖心をなくす

手すりや滑り止め
マットを使って
安全性を確保する

リソスイン
シャンプーで
動作を軽減する

シャワーのみ、浴槽につかるのみ、など
状況を見て判断しましょう。

認知症の方との関わり方

ケース

③

身だしなみに気を配らなくなる



考えられる原因

- ・無関心・無頓着になる
- ・庭の看方、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。

こう対処しましょう

洗顔や歯磨きを手伝う



自分でやろうとしない場合

歯ブラシで歯をみく



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選択する

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忘れてしまう
- ・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。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
順序よく同じことを尋ねる



金曜日ですよ

同じ言い回しを使うと
相手が混乱しません。

ちよ
こ
れ
く
り
が
済
ん
だ
ら
話
じ
ま
じ
ょ
う



忙しくても
相手を受け入れる
温かい心がけ

ケース

⑤

何度も食事を食べようとする

ご飯はまだ？



考えられる原因

- ・食べたことを忘れてしまう
- ・脳の溝脛中脳（お腹がいっぱいになったことを知らせる部分）が障害されている

認知症の方に「今食べただばかりですよ」と説明しても納得してもらえない場合によっては、「どうして食べさせてくれないのか」と怒り出すこともあります。

これとは反対に食事を食べようとしないこと（拒食）が問題となる場合もあります。

「食べさせてくれない」と近所に言いふらす場合は、背景に介護者への不満や不安など心理的な理由が隠されていることもあります。要因を探って取り除くことも大事です。

こう対処しましょう

次のような対応で、認知症の方は「これから食事ができる」と安心し、気持ちがおさまることがあります。

時計を使って
次の食事時間を見
知らせる



買い物
一緒に
に出
に材
行の



外に連れ出す

食事の欲求が
おさまらない



ケース

⑥

ものを拾い集める



考えられる原因

- ・収集にこだわるタイプの認知症の方がいる
- ・ものを集めて不安感を差し難かせている
- ・「もったいない」「まだ使える」という認識がある

家族にとってはガラクタでも、認知症の方にとってはなんらかの目的や価値があります。目の前で処分すると興奮して攻撃的になることもあるので注意が必要です。

また収集癖は一時的な場合もあるので、様子をみるなど観察に対応することもひとつ的方法です。

こう対処しましょう

少しでも協力する



認知症の方の入浴中あるいは外出中などを見計らって、ものがなくなったことに気づかれないように片付けましょう。

一処分したことに気付かれず場合

まっさくしておいてね



変に言い訳をせずに、「すみません、間違えて捨ててしまいました」と言って謝りましょう。

ケース

⑦

当てもなく歩き回る



考えられる原因

- ・場所の見当迷障害がある
(本人がどこにいるかがわからない)
- ・「帰りたい」という衝動からゆかりのある場所へ行こうとする

徘徊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
応じた三葉をかける



泊まっている
あるいは
あるいは
迎えのままでが
持ちましましよ
みえるの方



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

あり得ない考え方こだわる

こう対処しましょう



- ・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。



もし、認知症の方より先に見つけても、痴人だと思われてしまうため、認知症の方に教えてはいけません。認知症の方が自然と見つけ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」と声をかけて、一緒に座ることが大切です。

処分したもの
「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、脳気、便意、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しまっていることがあります。暴力を力強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

認知症の方の想いに十分耳を傾け、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。



嫌がっていること
(例えば入浴や服替えなど)を無理強いしない



スキンシップをはかる



ケース

⑩

ないものが見えたたり聞こえたりする

こう対処しましょう

だっ誰ですか!



けど誰も見えないんだ

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。特に夜間に目立ちます。「何も見えませんよ」と頭から否定すると、認知症の方の不安や孤独が増して、症状が悪化するため注意が必要です。

本人の訴えをよく聞いて話を合わせる



大もうまく
ようでない

「壁に虫がいる」
⇒追い払うふりをしましょう。
「音がうるさい」
⇒他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
- ・顔を見分けれる脳の働きが低下する

「人物錯認」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
- ・寝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



眠りやすい音楽をかける



足湯でリラックスさせる



規則正しい生活を心がける

日中は利便のある活動を習慣にする



起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？ 慶應義塾大学医学部 精神・神経科教室 教授 三村 聰監修)