

認知症について知ろう！

第3弾

認知症の人への接し方

認知症は、適切な接し方で症状が改善される可能性があります！

もし、自分や家族が認知症になったとしても、安心して暮らせるように、接し方や相談先について知っておくことが大切です。

最近、もの忘れがひどくなった、何度も同じことを言うなど気になる時は、「かかりつけ医」に相談してみましよう。対処が早いほど、適切な治療や支援を受けることができます。

また、お住まいの近くの「地域包括支援センター」や「市役所 地域福祉課」では、保健や福祉の専門職が認知症に関する相談に応じています。

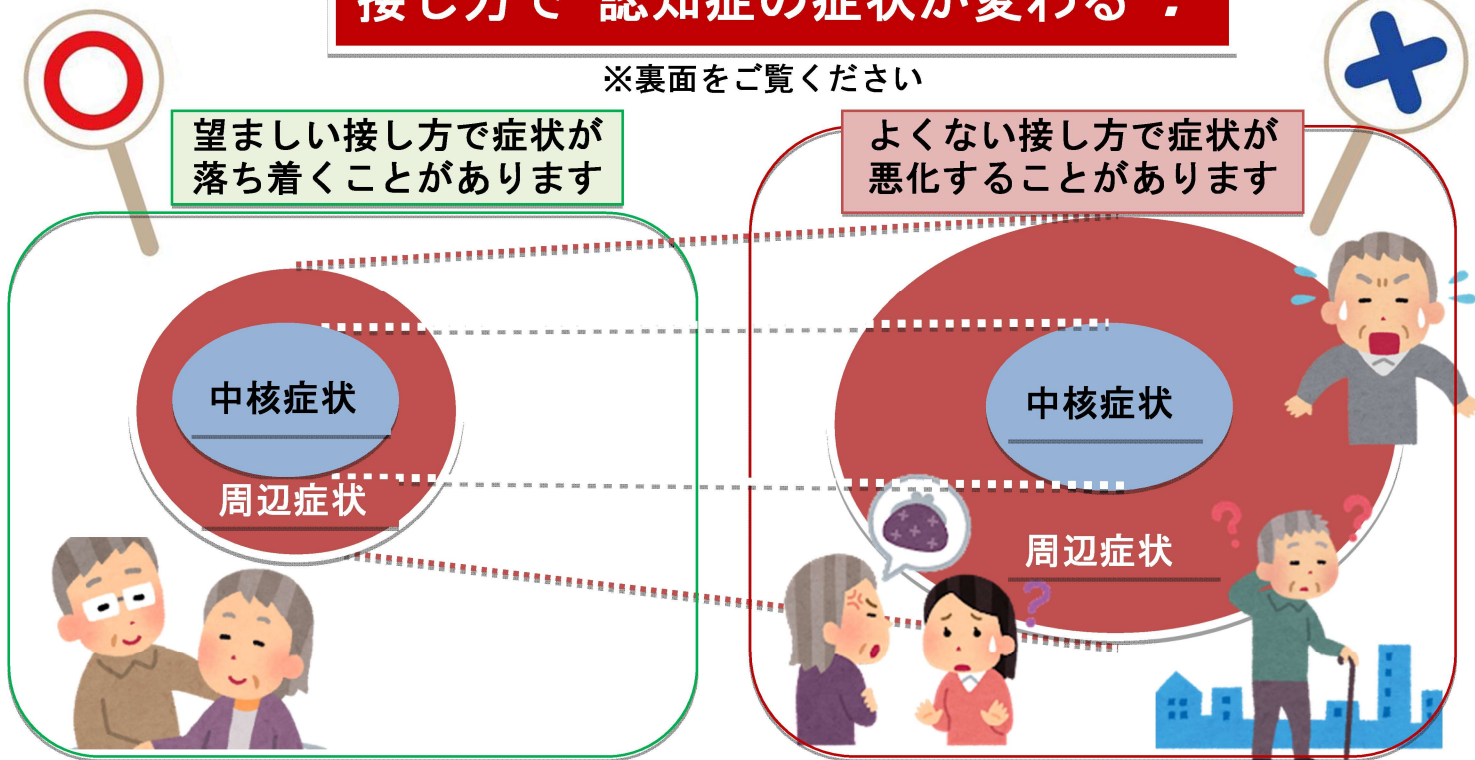


接し方で 認知症の症状が変わる！

※裏面をご覧ください

望ましい接し方で症状が落ち着くことがあります

よくない接し方で症状が悪化することがあります



中核症状

- ▶ 記憶障害 …もの忘れ
- ▶ 見当識障害 …時間や場所、人物等が分らなくなる
- ▶ 理解力や判断力の低下 …手続きや状況が理解できなくなる
- ▶ 実行機能障害 …計画や目的に沿った行動ができなくなる
- ▶ 言語障害 …失語 など

周辺症状

- ▶ 心理症状…不安、抑うつ、幻覚、妄想、帰宅願望、睡眠障害
- ▶ 行動症状…失禁、徘徊、介護拒否、興奮、暴力・暴言、異食など

認知症の人への接し方のポイント

まずは見守る

余裕をもって
対応する

複数で取り囲むと恐怖
心を与えるので、声を
かける時は一人で

相手に視線を
合わせて優し
い口調で



後ろから声を
かけない

穏やかに、
はっきりした
話し方で

相手の言葉に
ゆっくり耳を
傾けてゆっく
り対応する

認知症サポーター養成講座標準教材より

「認知症」の人のために家族が出来る 10 か条

- 1 見逃すな「あれ、何かおかしい？」は、大事なサイン
- 2 早めに受診を。治る認知症もある。
- 3 知は力。認知症の正しい知識を身につけよう。
- 4 介護保険など、サービスを積極的に利用しよう。
- 5 サービスの質を見分ける目を持とう。
- 6 経験者は知恵の宝庫。いつでも気軽に相談を。
- 7 今できることを知り、それを大切に。
- 8 恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう
- 9 自分も大切に、介護以外の時間を持とう。
- 10 往年のその人らしい日々を。



公益社団法人 認知症の人と家族の会より

認知症の人と関わるときのヒント

- ◆ 認知症の人の行動には必ず理由がある。理由を考えよう。(昔の経験が出てくる)
- ◆ 話の内容が事実と違っていても、あまり気にせず上手に話を合わせよう(心に寄り添う)
- ◆ 何度も同じ事を聞かれる時は、話題を変える。(楽しい雰囲気にして気持ちをそらす)
- ◆ 認知症の症状は少しずつ進行する。目先のことに振り回されない。(症状は変化する)
- ◆ 介護サービスを上手に使うことで、認知症の進行予防に効果的。(一人で抱え込まない)
- ◆ 介護者が元気であることが大切(介護者と認知症の人は合わせ鏡)

認知症の人と家族の会、「認知症のある生活に備える手引き」より