

◆知識編

1 認知症とは

さまざまな原因により脳に変化がおこり、それまでできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態をいいます。

2 認知症の症状

(1) 認知機能障害

① もの忘れ

- ・覚えられない
- ・同じことを何度も聞く

② 失見当識

- ・時間の感覚が薄れる
- ・場所や人がわからなくなる

③ 理解・判断力

- ・考えるスピードが遅くなる
- ・同時に2つ以上のことができない
- ・いつもと違う出来事が起こると混乱する
- ・目に見えないしくみが理解できない

④ 実行（遂行）機能

- ・段取りよく行動できない
- ・今までで出来ていたことが出来なくなる

(2) 行動・心理症状 (BPSD)

認知症の行動・心理症状 (BPSD) の多くは、背景にそこにいたる理由があります。

本人の視点に立って、どうしてこの言動が生じたのだろうと、まずは考えてみましょう。本人に理由を尋ねてみる、またはその人の発する言葉・声・表情・しぐさ・行動からも「望んでいること」「困っていること」などを読みとって接することが大切です。

① 不安やうつ

初期には多くの人がおかしいと気づいた自分に不安になり、うつを伴うこともあります。

② いらいらと興奮

今までできたいたことができず、自分自身にいら立つことがあります。また、精神状態や体調が悪い時、感情のコントロールができず、興奮状態になることもあります。

③ 幻覚・妄想

アルツハイマー型認知症ではもの盗られ妄想、レビー小体型認知症では幻視を伴うことが少なくありません

④ 歩き回る・道に迷う

一人で出かけて道に迷い、歩き回ってしまうことがあります。

3 対応の工夫

認知症の方がポジティブな気持ちでいれる環境に配慮します。認知症の症状と思われる言動がみられた時は、まず本人の声に耳を傾け、なぜそのような言動をしているのかを探りながら対応します。

対応する人の表情や感情に敏感な方も少なくなく、対応する人の言動により症状が悪化することもあります。その場合は、接し方を変えたり、可能であれば接する人を変えたりしてみましましょう。

認知症の方と接する時、行動を制限することや暴言・暴力による対応は絶対にしてはいけません。

対応できない、無理だと思った場合は、地域包括支援センターなどに相談しましょう。緊急を要する場合は、警察（110番）に連絡しましょう。

4 行方不明※4になる理由

認知症の方は、目的があって外出しますが、歩いたりしているうちに目的を忘れることがあります。また、その日の時間帯や周囲の状況の変化などによって混乱し、パニック状態となった時に道に迷ってしまい、そのまま行方不明になることがあります。

※4 認知症の方は、目的があって出かけているので、あてもなく歩き回るという意味の「徘徊」という言葉ではなく、行方不明と表現。

5 認知症の方への基本的な対応

- (1) まずは見守る
- (2) 余裕をもって対応する
- (3) 声をかけるときは一人で
- (4) 背後から声をかけない
- (5) やさしい口調で
- (6) おだやかにはっきりした口調で
- (7) 会話は本人のペースに合わせて

もし、こんな人を見かけたら

- ・季節にそぐわない服装をしている
夏なのに、冬用の上着を着ている
冬なのに、半そでのシャツ1枚で歩いている
左右違う靴を履いている。
- ・不安な表情で同じ場所を行ったり来たりしている
または、長時間座り込んでいる
- ・会話がかみ合わない
短い時間であれば、話を合わすことができる場合があるので、少し長めに話をすると症状が現れる場合があります。
- ・通常では人が歩かない場所を歩いている
道路の真ん中や高速道路など

人から不意に声をかけられると誰でもびっくりします。

認知症と思われる人を見かけた場合は、上記の7つのポイントに気をつけ、本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけましょう。