

認知症老人の介護 家族に対するケア

2007.7.25

上野公園病院 高田靖子

認知症とは

- 1 記憶の低下
 - ・大切な事を忘れる
 - ・先ほどの体験全体を忘れる
- 2 認知の障害
 - ・言葉のやりとりが困難
 - ・時と所の見当がつかない
 - ・手順が分からなくなくなる
 - ・親しい人が認知できない
- 3 生活の障害
 - ・今までの暮らしが困難
 - ・周りの人とトラブル

軽度 物忘れ・言葉のやり取りの障害
手順の障害

中度 場所が分からない・道具が使えない

重度 見分けが付かない・失禁

認知症高齢者の心理

- 体験のつながりが無い→いつも不安
- 近接記憶の低下→過去体験の現在化
- 正しい状況がつかめない→まちがい行動

認知症の人からのメッセージ

- ゆっくり、そして目を見て話して下さい
- 私達の想いを理解して、そして環境を変えてください
- 私になっっていく、その旅を支えて下さい

介護の目的

老人の今を大切にし、

楽しく過ごせるようにする。

認知症の高齢者への接し方

- 1 不安感を和らげる
- 2 目を見て話かける
- 3 穏やかな気分を
- 4 相手のペースに合わせてゆっくり
- 5 説得は避ける

認知症老人へのメンタルケアの10ヶ条

～痴呆介護の10か条より～

1 なじみの人間関係(仲間)を作ること

この人間関係は認知症老人の生きがいで
あるので、安心・安定・安住のよりどころ
(生きられる世界)となる。

2 老人の言動を受容し理解すること

誤認的虚構化は認知症老人の生きる態度なので、それを受容して、老人の生き方を失わせないようにする。

3 老人のペースやレベルに合わせて ること

運動の速さだけでなく、生き方や心のペースに合わせて生きられるようにする。

4 理屈による説得より、共感的な 納得をはかること

老人の感じ方・考え方・行動や反応のあり方を知り、気持ちに通じて心でわかる納得をはかる。これは老人の生きる道(方向)を作ることになる。

5 その老人にふさわしい状況 を与えること

過去のよく記憶に残る(あるいは想起可能な)その老人の身に付いたものを、現実化する。これは生きやすい状況や場を作ることになる。

6 絶えず少しずつでも良い刺激を与えること

生活の中での、特に対人関係を重視した話かけ・仕事のなもの・レクリエーションなどの残存能(なじみ・会得・体得したもの)に、働きかけ(特に職員との接触)が必要で、生活の質を豊かにする。

7 孤独に放置しないこと、寝込ませないこと

心身機能の廃用症候群 認知症老人
は動けるうちが華。

8 急激な変化を避けること・変化せず(パターン化して)教えること

記憶の学習や、日常生活動作能力の改善や維持をはかり、生活の幅を広げる。

9 その老人の良い点を認めて、 良い付き合いをすること

老人の隠れた能力(可能性)を発揮させ、特に行動を共にして、老人の自己実現や自己意識化をはかる。

10 老人の「今」を大切にすること

老人の存在不安や状況不安を解消し、安心・安住を長くはかる(生き生きと暮らしていく)。

認知症の予防

- 1 生活習慣病を早く見つけて治療
(高血圧・糖尿病・肥満など)
- 2 食生活の見直し
(塩分を控えた和食・良く噛む)
- 3 運動→歩くこと
ゆっくり空を眺めながら