

3

認知症の主な症状と対応

認知症には必ず現れる「中核症状」と、本人の性格や環境、人間関係などの影響によりみられる症状「BPSD(行動・心理症状)」があります。

治すことが
難しい

中核症状

- もの忘れ
- 状況判断ができない
- 計算ができない
- 時間・場所・人が認識できない
- 手順よく物事を進められない
など



改善する
ことができる

BPSD(行動・心理症状)

BPSDは中核症状をもとに、本人の性格や心の状態、人間関係、生活環境などの要因が絡み合って出てきます。周囲の人々の接し方や適切な薬物治療により改善が可能です。

- 無気力になる
- ものが盗まれたと不安になる
- 外出して家に戻れない
- 怒りっぽい・怒鳴る
- なかなか寝付けない
など



介護負担の軽減のためにも、それぞれの症状別によく見られるケースと対処法を具体的に知っておきましょう。

覚えておきたい症状とそのときの対応

家族にとっては困った行動であっても、本人にはその行動をとる理由がきちんとあります。一般的な常識や事実を押し付けるのは逆効果。認知症の進行に応じた症状であることを理解し、気持ちに寄り添って接することが大切です。

[中核症状で見られる言動]

日時が認識できない

「今日は何日？」

対応のポイント

答えられなくても
問題視しないこと

日にちは認知症でない人でもわからないことがあります。「今日は何日？」などの質問では不安を増強させるのでやめましょう。本人が見えるところに大きな日めくりカレンダーを掛けておくことも良いかもしれません。



やったことじたいを忘れる

「ごはんまだ？」

対応のポイント

話題を変えてみる

食べた、という事実を理解してもらうのは難しいです。「もうすぐできるから待っていてね」「できるまでこれ(お茶やお菓子など)を食べて(飲んで)いてね」と話題を変えてみましょう。



適切な判断ができない

**「季節に合わない
服装」**

対応のポイント

一緒に選ぶ、
褒めてすすめる

みっともない、汚い、などとたしなめることはせず、適切な衣服と一緒に選んでみてください。「お似合いですよ」とすすめると素直に着替えてくれることもあります。不都合がなければ問題視せずにおおらかに目をつぶることも大切です。



人が認識できない

**家族に対して
「あなた誰？」**

対応のポイント

なりきって振る舞う

家族の名前を忘れたり、別の人と間違えるなど、目の前の人自分がどういう関係なのか分からなくなります。「あなたの娘なのに」と言い聞かせず、別人を演じてしまいましょう。



[BPSD (行動・心理症状)で見られる言動]

もの盗られ妄想

「財布を盗まれた！」

対応のポイント

同じ感情を共有して、味方になる

盗まれたと思い込んでいるので、反論せず「それは困りましたね、一緒に探しましょう」と共感しましょう。本人以外の方が財布を見つけた場合、ここにありましたとは言わず、「このあたりを探してみましようか」と言い、本人に見つけてもらうことが大事です。



家に帰りたい願望

「そろそろ失礼します」

対応のポイント

まずはゆっくりお話を聞く

「ここが家ですよ」と引き止めると不安や不信感が募ります。ゆっくりお話を聞きながら、気分を変えてもらいましょう。



人柄が攻撃的に変化

「バカにしてるのか！」

対応のポイント

できる限り感情をいたわる

気持ちを表現できる言葉が出てこない、相手の言葉が理解できないことなどから、もどかしい気持ちを抱えています。日頃から本人を尊重する言葉をかけるとともに、投げられて危険なもの、困るものは目の届くところに置かないようにしましょう。



排泄トラブル

「トイレまで間に合わなかった」

対応のポイント

排泄のリズムをつくってトイレに誘導

尿や便の失禁や便をもてあそぶ行為は決してわざとしていることではありません。トイレの場所がわからなくなったり、便意や尿意を感じなくなっていたり、服の脱ぎ方がわからなくなっているなどの原因が考えられます。責めたりせず、定期的にトイレに誘導しましょう。

幻覚におびえる

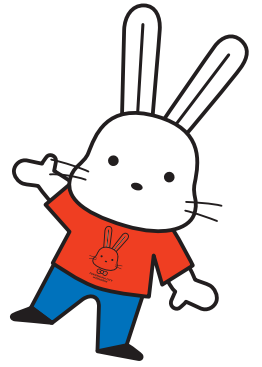
「そこに誰か立っている」

対応のポイント

話を合わせて恐怖感を取り除く

虫がいる、泥棒が入ってきたなどと幻覚におびえたり混乱する場合は、否定せずに「もう出て行きましたよ」と話を合わせ、安心させてあげます。音が聴こえたり(幻聴)、景色が見える場合もありますが、本人が楽しそうならそっと見守ってもいいでしょう。

認知症の方への対応のポイント



基本姿勢

認知症の人への対応の心得“3つのない”

1. 驚かせない

2. 急がせない

3. 自尊心を傷つけない

認知症の人だからといってつきあいを基本的には変える必要はありませんが、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解して対応しましょう。そして偏見をもたず、認知症は自分たちの身近なことであるという認識をもつことが重要です。

記憶力や判断能力の衰えから、社会的ルールに反する行為などのトラブルが生じた場合には、家族と連絡をとり、相手の尊厳を守りながら、事情を把握して、冷静な対応策を探ります。

ふだんから住民同士が挨拶や声かけにつとめることも大切です。日常的にさりげない言葉がけを心がけることは、いざというときの的確な対応に役立つでしょう。

具体的な対応の7つのポイント

1 まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人やほかの人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

2 余裕を持って対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。



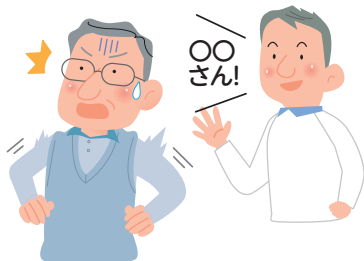
3 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけます。



4 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。



5 相手に目線を合わせてやさしい口調で

小柄な方の場合は体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

6 おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

7 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人はせかされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。