

認知症の方なら誰にでも現れる「中核症状」

📌「記憶障害」

新しいことを覚えられない、すぐに忘れてしまう。

例)

- ・何度も同じ話をする。少し前の話を「聞いてない」と言う。
- ・日付を忘れたり間違えたりする。約束をすっばかす。
- ・電話を切った後、誰と何の話をしていたか忘れる。
- ・人や物の名前が出ず「あれ、それ」と言う。
- ・食事をしたこと自体を忘れる。

📌「理解・判断力の障害」

考えるスピードが遅くなる。

例)

- ・テレビ、新聞の内容が理解できない
- ・簡単な計算ができなくなる
- ・訪問販売などの被害にある
- ・一日の予定が立てられない

📌「見当識障害」

日付、場所、人との関係が分からない。
時間⇒場所⇒人物の順にわからなくなります。

例)

- ・日付や約束を忘れる。
- ・自分の年齢がわからなくなる。
- ・道に迷い、自宅に戻れない。
- ・季節感のない服を着る。

📌「実行機能障害」

段取りが上手くつけられない。

例)

- ・使い慣れた洗濯機やATMが使えない
- ・バスやJRの乗り方がわからなくなる
- ・調理の段取りや味付けが難しくなる。
- ・外出の準備ができない

📌「その他」

例)

- ・その場の状況が読めなくなったりする
- ・今まで出来ていたことができなくなる
- ・気遣いがなくなり怒りっぽくなる
- ・言葉によるコミュニケーションがとれない
- ・何をしても億劫がる
- ・失敗を人のせいにする
- ・相手の話が理解できない

など

本人には自覚がなく、本人の認識とまわりの認識にずれが生じ、不安を感じるようになります。

本人の言動を否定せず、周りの人が本人に合わせる事が大切です。



💡 対応のヒント (認知症の方の病気や進行にもよっても変わってきますので参考までに...)

- ・急がせない。放置しない。
- ・ゆっくりと話しかける。
- ・怒ったり否定したりしない。
- ・本人の生活のペースに合わせる。
- ・その都度聞かれたことを伝えてあげる。
- ・カレンダーや時計を使って時間を伝える。
- ・身振り、手ぶり、写真や絵を用いて伝える。
- ・「はい、いいえ」で答えられる質問を使う。
- ・一度に伝えることは一つにする。シンプルに短く伝える。
- ・最初の動作や次にすることを声かけたり、手順を紙に書く。
- ・場所が分からない場合は、本人の分かりやすい言葉を貼って目印にする。
- ・必要な時にだけ手を貸す。必要な物に目印をつけるなど工夫をする。
- ・一緒に付き添い、するべきことを細かく確認したり、メモ書きする。

家族会では他の認知症の方を介護している方の体験を聞く場もあります。参加してみると、何かヒントを得ることができるかもしれません。

