

記憶障害が進み、直前のことも覚えられなくなります。分からないことや思い出せないことがあります、焦りの感情がふくらむ時期です。こんな自分は生きていても意味がないと絶望し、ふさぎ込み、「もの盗られ妄想」を抱いたり、過去の自分に帰ったりすることで、今の状況に折り合いをつけようとしています。

日常生活の失敗や困難（服の着替え、入浴など）が増え、その状況に絶望してしまいます。妄想、徘徊などが増えます。**監視（見守り）から身体介護（手助け）**への変化のステージです。一つ一つの生活行為を、どこができてどこができないのかを見極めて、**手を出しすぎないで、かつ、失敗を防ぐ支援**が必要です。

廃用症候群（病気やケガで、安静にすることで体を動かす時間、強さが減り、体や精神にさまざまな不都合な変化が起こった状態）を防いだり、**他者との交流**をもつことで、進行を遅くする効果が期待されます。

独居の場合、**買い物や調理の障害程度や、支援方法の検討**が必要です。配食サービスは、栄養バランス保持や安否確認・見守りに有効です。食事の用意などの家事が困難になりますが、作業を取り上げるのではなく、ヘルパーさんと**一緒に用意（サポート）**するよう話しておきましょう。また失敗が増える時期なので、**役割やほめることを多く**するようお願いしておきましょう。

〈主な症状〉

- ①食事、入浴、排せつ、着替えなどで失敗が増える
- ②妄想、徘徊などの行動障害が増える



〈ご本人はこんな気持ちになっています〉

財布を盗まれた

トイレの場所が
わからない

ここはどこだろう？

誰も自分の言うこ
とをわかってくれ
ない

風呂なんて
めんどくさい

誰とも会いたくない



大切なものを隠された

服はどうやって
着るのだったか

〈ご家族にできること〉

①本人の世界観に合わせましょう

妄想や徘徊が起きやすい時期はとくに、**本人の世界に付き合う**ことが大切です。「それは大変!」と驚いたり、無実でも謝ったり、演技力を発揮しましょう。

②反論や否定、説得はしないようにしましょう

話を否定したり、間違いを説得したりしようとしても、話の内容はすぐに忘れてしまい、負の感情だけが残ります。相手を**肯定する声かけや相づち**を心がけましょう。

③周囲が感謝の気持ちを伝えましょう

本人を大切に思っている気持ちを積極的に伝えましょう。「自分はここいてよいのだ」ということが確認でき、居心地の良さを感じてもらえます。

参考文献：認知症の人と家族の会, 認知症になった家族との暮らしかた, ナツメ社, 2018, P46-49

山口晴保, 紙とペンでできる認知症診療術, 協同医書出版社, 2016, P257-258

2022.6作成

ケアのコツ…家族は「介護者」ではない



施設で介護を受けている場合であれば、24時間、専門職が近くにいるので、ある程度のケアを提供することができますが、自宅で介護を受けている場合には、専門職が24時間つきっきりではないため、介護にも限りがあります。そのため、同居であれ、別居であれ、家族みんなの力が必要です。

しかし、誰にでも生活があり、人生があります。趣味や旅行も楽しみたいし、自身の健康の為、病院に行ったり、仕事や育児をしている場合もあるでしょう。介護者の中には、自分の趣味を楽しむことに罪悪感を感じて、介護にすべてを捧げている方もいます。しかしながら、認知症がある本人の目線から考えてみると、自分の介護のために、家族が自身の生活を犠牲にしていると知れば、介護が必要になったことに罪悪感を感じるのではないのでしょうか。

本人も介護家族も、それぞれが幸せを感じる人生を過ごせるように、自治体や病院、専門職などに相談して、一人で抱えないことが大切です。

参考文献：ベホス, “理由を探る” 認知症ケア, 株式会社メディカル・パブリケーションズ, 2014, P215-216



医療法人社団つくば健仁会

とよさと病院

認知症疾患医療センター

TEL 029-847-9581