

認知症ってなに？

介護老人保健施設西の京

認知症は誰もがかかる可能性のある脳の病気です。様々な原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために、覚える力や判断する力、時間や場所、人を判別することなどに障害がおこります。そのために生活に支障が出ている状態です。

認知症状の種類は主に2つあります。

アルツハイマー型認知症

原因は不明ですが、脳の細胞がゆっくりと壊れていき、やがてどんどん減っていくために起こります。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などで、脳の血管がつまったり破けたりすることで、脳の細胞に栄養や酸素がいき渡らなくなり、脳の働きが悪くなるために起こります。

認知症の物忘れと単なるもの忘れのちがいは！？

認知症の物忘れ・・・

体験そのものを忘れる (例) 夕食 **を** 食べたことを忘れる。
忘れていることを自分で気づきにくい
人や場所、時間がわかり辛くなる
生活に支障が出てくる

単なる物忘れ・・・

体験の一部を忘れる (例) 夕食 **に** 何を食べたか忘れてる。
忘れていることに自分で気づく
人や場所、時間がほぼわかる
生活に支障がない

認知症の人にはどう接したらいい？

認知症になったのではないか、という不安は健康な人の想像を絶するものです。認知症の人は何もわからないのではなく、誰よりも一番心配なものも、苦しいものも、悲しいものもご本人なのです。ご本人の気持ちになって考えてみましょう。

ゆっくりと一つずつ、わかりやすい言葉で話しましょう。

一度にたくさんのかたを話しかけると混乱してしまいます。

尊厳を大切にしてお手伝いしましょう。

認知症になっても、心やその人らしさは保たれます。大きな不安や混乱などで苦しんでいると、大声をあげる、暴力をふるう、徘徊などが時にみられます。このような行動は、苦しい気持ちを言葉でうまく表現することができず、「たすけて」「いやだ」というサインです。その気持ちを理解し、寄り添うような対応をしましょう。

その人らしい生活がおくれるようにお手伝いしましょう。

認知症になっても全てのことが出来なくなるわけではありません。昔よくやったことや得意だったことなどは比較的よく覚えていて、出来ることも多くあります。また、大変そうな部分をさりげなくお手伝いしたり、工夫をすることで出来ることもあります。そして、馴染みの人間関係や生活環境に囲まれ、接し方や地域の見守りがあれば、その人らしさを発揮することができます。

