

みんなで考えよう、認知症

「認知症」は、誰でもなりうるものです。自分自身や家族が認知症になった時のことはイメージしにくく、考えたくないという方も少なくないと思います。

認知症について知り、本人と介護家族への支援を考える機会を持ち、認知症になっても安心して暮らせる長瀬町を目指していきましょう。

●認知症は身近な病気です

現在、65歳以上の約4人に1人が認知症または認知症の予備群と言われています。

認知症は、誰でもかかりうる身近な病気であり、家族が認知症になるなど、誰もが当事者になる可能性があります。

●認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで認知機能が低下し、生活のしづらさが一定期間続いている状態を指します。

●認知症の症状

<脳の変化から起きる症状>



時間・場所・人などが
わかりにくくなる

理解・判断力が
低下する

覚えることが
苦手になる

計画や予定をたてて
動くことが苦手になる

<性格、生活環境などから起きる症状> 人により現れる症状も程度も異なります



不安・焦り

興奮・暴力

不潔行為

ないものが見える・聞こえる
事実でないことを思い込む

気持ちの落ち込み

一人歩き(*)

一人歩き(*)：以前は徘徊と言いましたが、認知症の方の歩きには理由があることから言い方が変わりました

●周囲の接し方のポイント

周囲の方は、3つの「ない」を心がけましょう。

1. 驚かせない

後ろから大きな声を出したりすると、驚いてどうしていいかわからなくなってしまうことがあります。体の前にまわって、目線を合わせてゆっくりと話しましょう。



2. 急がせない

わからなくなって困っているときに急がせるとあわててしまいます。ゆっくり待つことで、思い出したり、できることがあります。また、伝え方は1つずつ簡潔に伝え、それができてから次のことを伝えると理解しやすくなります。

3. プライドを傷つけない

認知症になっても、豊かな感情はありますし、何もわからない人でもありません。ばかにしたり、子ども扱いしたりしないようにしましょう。