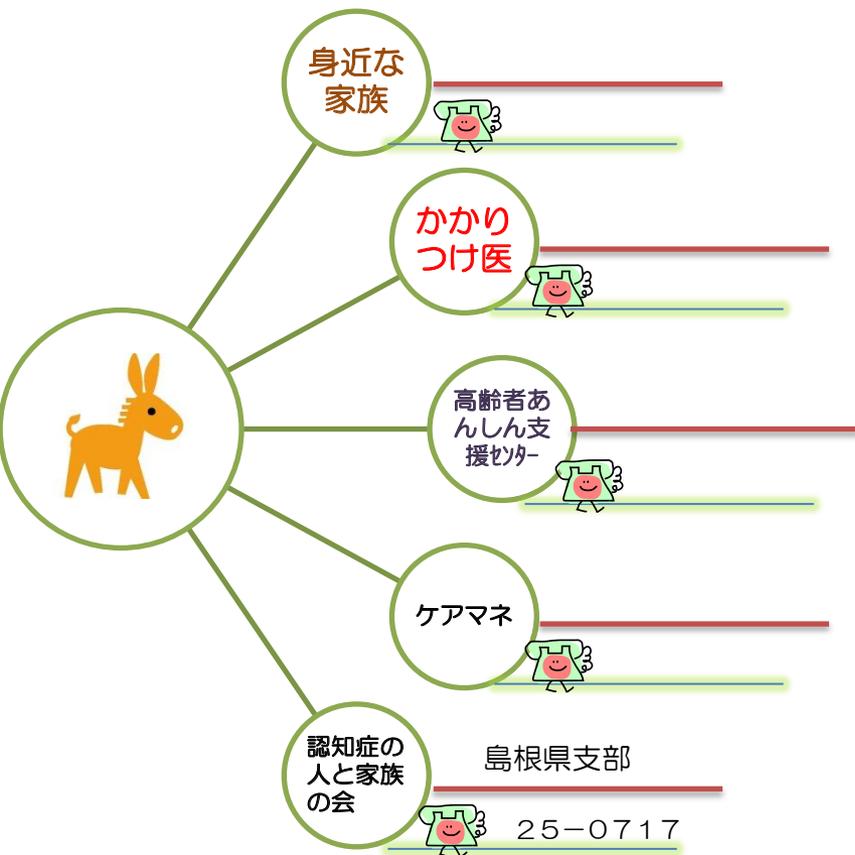




# あなたのサポーター

いざというときのために身近な支援者や医療機関をメモしておきましょう。



企画・発行：出雲医師会  
出雲地域介護支援専門員協会

協力：医療法人 エスポアール出雲クリニック

編集：出雲市 健康福祉部 高齢者福祉課  
出雲高齢者あんしん支援センター

# 認知症の人への

# サポートガイド



～認知症と診断された家族の方へ～

認知症の方にはどう接したらいいの？



認知症になる可能性は自分や家族も含め誰にでもあります。健康な人の心情がさまざまであるのと同じように、認知症の人の心情もさまざまです。

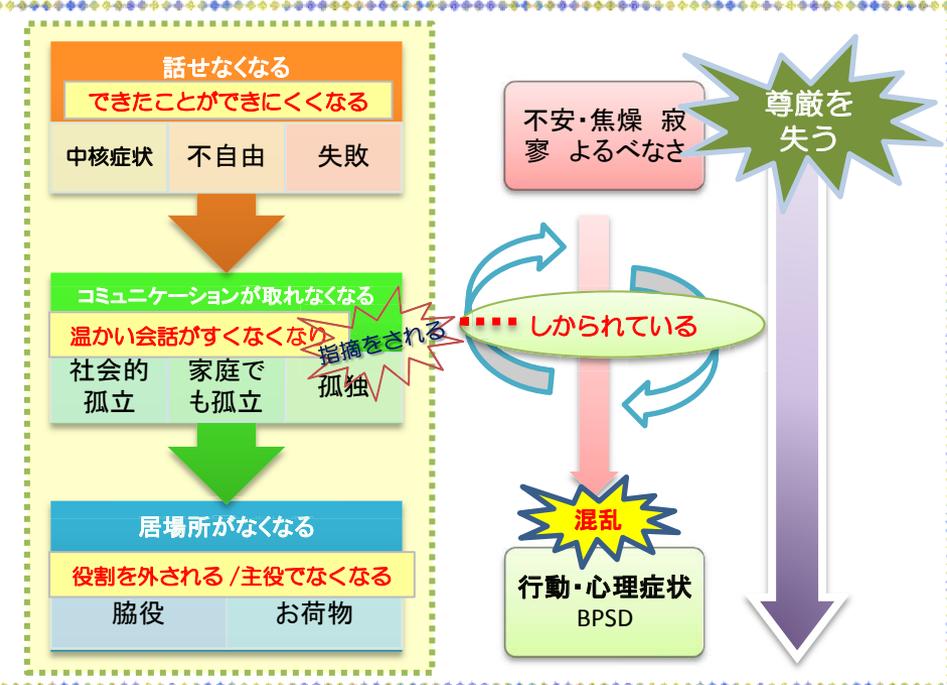
「認知症の人」がいるのではなく、たまたま認知症という病気になっただけです。

認知症に伴う障がいを補いながら、さりげなく、自然に付き合い続けることが、一番の援助です。

今までの自分でなくなっていくことに不安や悲しみを一番感じているのは本人です。  
認知症の人の気持ち（寂しさ、不安）を理解し、尊厳を大事にした対応をしましょう。

- 日頃からできるだけ何でも話しかけるようにする。
- 家族が感謝の気持ちを言葉にする。
- 本人の失敗（言い間違いなど）について、できるだけ指摘しない。
- まだできること（仕事、家庭での役割など）はしてもらう。

図：認知症になりゆく経過（心理社会的病理）



## 認知症になりゆく経過（心理社会的病理）

認知症は次の経過をたどると言われています。図の心理社会的病理はアルツハイマー型認知症を中心に認められますが、どのタイプの認知症であっても基本的には同じ病理構造があります。

1 本人は、もの忘れが増えたことをわかっているが、素直に認知症であることを認めることができない。

2 認知症の人の多くは、認知症になる不安のなかで、言葉が思うように話せなくなる。その結果、会話が少なくなり、地域でも家庭でもきずなを失い、孤立しやすい。極度に孤独で、寂しく、不安な状態になる。

3 公私ともにさまざまな役割を奪われ、居場所を追われやすい。

4 周囲からは「話してもわからなくなった」と思われて、温かな声かけが少なくなる。

5 中核症状がある人は「それは違う」「こうするんでしょ」などと周囲からの励ましの“指摘”が続くと、それを早い段階から「しかられた」と受けとめる。

6 日常的にしかられ続けることで、尊厳を失い、追い込まれ、行動・心理症状につながりやすい。

7 行動・心理状態のため“指摘（叱責）”が強まり、行動・心理症状をさらに悪化させ、結果的に家族を苦しめるといふ悪循環に陥る。

8 家人も疲れ果てうつ状態になりやすい。

### ●中核症状とは

**記憶障がい**：老化によるもの忘れと違い、体験の全体を忘れる。

**見当識障がい**：時間や季節感の感覚が薄れる。近所で迷子になる。

**理解・判断力の低下**：考えるスピードが遅くなる。

**実行機能障がい**：計画を立てて実行することができない。

### ●行動・心理症状とは

認知症に伴う徘徊や妄想・攻撃的行動・不潔行為・異食などの症状のこと。「**問題行動**」とか「**周辺症状**」とも呼ばれる。