

大山崎町

# 認知症ケアパス

いつまでも住み慣れた大山崎町で暮らすために



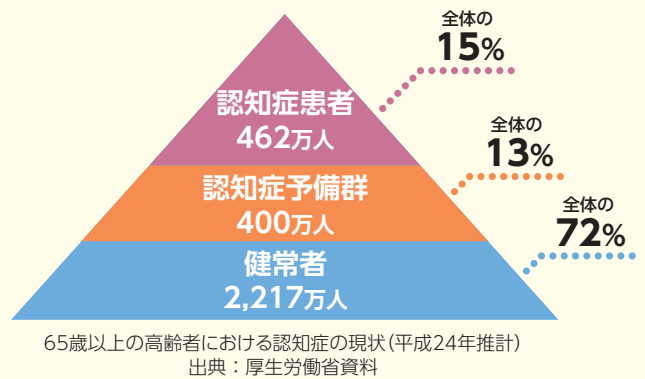
必要なときに必要な支援を ～認知症ケアパスとは～

認知症は本人だけの問題ではなく、家族や周囲の人たちにもさまざまな課題を投げかけてきます。そこで、万一認知症になったとき、認知症の進行状況に応じて必要となる医療や受けられる介護サービスなど、お住まいの地域で行われているさまざまな支援についてまとめたものが「認知症ケアパス」です。必要なとき、必要な支援をしっかりと受けられるように「認知症ケアパス」をご活用ください。

大山崎町健康課

# 認知症の現状とこれから…

日本は超高齢社会に突入しており、総人口の25%、つまり4人に1人が65歳以上の高齢者となりました。高齢化率は今後もさらに上昇し続けると予測されており、このような背景とともに認知症を発症する高齢者の数も増え続けています。現在、認知症患者は約462万人、将来認知症を発症する可能性の高い予備群は約400万人と、実に65歳以上の4人に1人が認知症、あるいはそのリスクをかかえているのです。



## 地域で取り組む認知症のケア

このような現状をふまえ、厚生労働省では「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」を策定しました。認知症の人やその家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、医療機関や介護事業者だけでなく、NPO法人やボランティアなどが参加して、地域社会が一体となり、さまざまな取り組みを進めています。



## もくじ

- 知っていますか？ 認知症のこと ..... 3
- 認知症は早期発見が大切です ..... 5
- 認知症の段階的な症状について ..... 7
- 認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表 ..... 8
- ご存知ですか？「大山崎町認知症初期集中支援チーム」 ..... 10
- 連絡先一覧 ..... 11

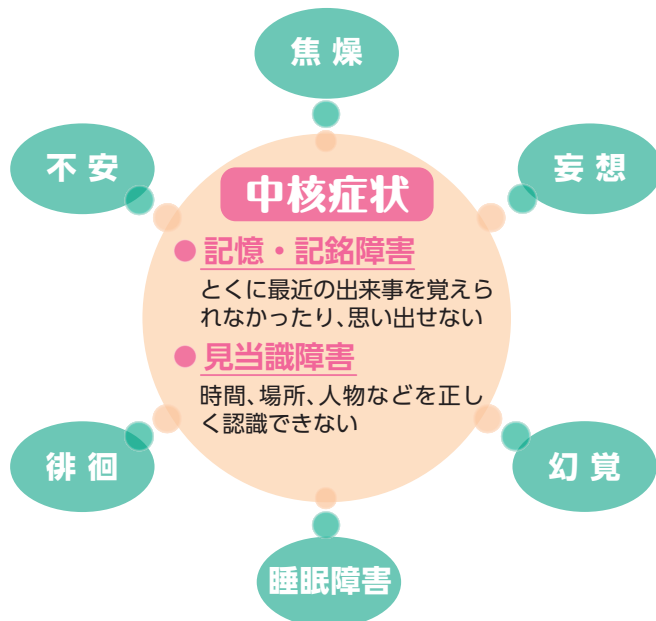


# 知っていますか？ 認知症のこと




認知症とは、なんらかの原因によって脳が障害を起こし、認知機能(記憶力や判断力など)が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態のことをいいます。具体的な症状には、きおく きめいしやう記憶・記録障害や見当識障害がい けん どう しき しやう がいなどの中核症状、不安・焦燥、妄想などの行動心理症状(BPSD)があります。

原因となる病気はさまざまですが、次の3つの疾患に起因するものが全体の8割を占めており、これらは**三大認知症**と呼ばれています。

## 行動心理症状(BPSD)



## ●三大認知症について

種類	症状	特徴	進行
<b>アルツハイマー型認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 最近のことを忘れる</li> <li>● 身体的機能が低下することも多い</li> <li>● もの忘れの自覚がない(早期には自覚していることもある)</li> </ul>	脳内に発生したアミロイドβたんぱくやタウたんぱくという物質が原因で、脳の神経細胞が徐々に低下・死滅する	ゆるやかに発症し、徐々に進行する
<b>レビー小体型認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● リアルな幻視・それに基づいた妄想がある</li> <li>● 手足のふるえや筋肉の硬直が起こる(パーキンソン病症状)</li> <li>● 頭がハッキリしている時と、ボーッとしている時がある</li> </ul>	脳内にレビー小体という物質が蓄積されることにより、脳の神経細胞が損傷を受ける	初期には症状に波があり、徐々に進行する
<b>脳血管性認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知機能低下がまだらに起きる</li> <li>● <small>かた まひ えんげ</small>片麻痺、嚥下障害、言語障害などの症状が多く見られる</li> </ul>	脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患がもとで、脳の神経細胞の働きが低下・死滅する	急性で、発作のたびに階段状に悪化する

# ●「認知症」と年相応の「もの忘れ」の違い

認知症の初期症状にみられる記憶障害による「もの忘れ」と、生理的老化による年相応の「もの忘れ」とは異なります。誰しも年をとると、もの忘れをしやすくなりますが、そのもの忘れが認知症によるものか、生理的老化によるものかを知っておくことが大切です。

認知症の「もの忘れ」	生理的老化による「もの忘れ」
<p>◆<b>体験のすべてを忘れてしまう</b></p> <p>体験したこと自体を忘れてしまいます。</p> 	<p>◆<b>体験の一部を忘れる</b></p> <p>食事の内容などを忘れることがあります。</p> 
<p>◆<b>もの忘れをしたことを自覚できない</b></p> <p>忘れていること自体を気づかなくなります。</p> 	<p>◆<b>もの忘れをした自覚がある</b></p> <p>自分が忘れっぽいことをわかっています。</p> 
<p>◆<b>日時、人、場所などがわからなくなる</b></p> <p>月日や家族、自宅の場所などがわからなくなります。</p> 	<p>◆<b>日は多少間違えても、月は間違えない。人物、場所などは覚えている</b></p> <p>家族や自宅の場所を忘れることはありません。</p> 
<p>◆<b>性格が変わる</b></p> <p>頑固や怒りっぽさなどが目立つようになります。</p> 	<p>◆<b>性格に大きな変化はない</b></p> <p>態度や人格面は変わりません。</p> 
<p>◆<b>日常生活に支障がある</b></p> <p>ふだん生活するうえで、さまざまな支障が起きます。</p> 	<p>◆<b>日常生活に支障はない</b></p> <p>問題なく日常生活を送ることができます。</p> 

知っていますか？認知症のこと

# 認知症は早期発見が大切です

認知症は進行性の疾患なので、気づかないまま放置すると、どんどん症状が悪化してしまいます。現在、認知症を完治させる薬や治療法はありません。しかし、生活習慣病と同じように早期に発見し適切な治療を行うことで、病気の進行を遅らせることが可能です。

認知症を疑うような行動や体調の変化に気づいたら「気のせいかな」「年だから仕方がない」と自分で判断せず、専門の医療機関や地域の相談窓口を訪ねてください。

## 早期発見によるメリット

- 1 発症の原因によっては、早い段階で治療を始めれば回復が期待できる場合もあります。
- 2 早期の対応でその後の症状の緩和や進行の遅延が期待できます。
- 3 今後の生活の備えやもしものときの話し合いを、余裕をもって進められます。

## ●気づいてください! 認知症のサイン

何回も同じことを尋ねたり、身だしなみに気を使わなくなるなど、以前と違う様子があれば認知症の前兆の可能性があります。日常生活の中で「おや?」「ひょっとして…」と感じるような小さなサインを見逃さないように注意を払ってみましょう。症状の進行・悪化を抑えるためにはまず、本人の自覚や周囲の人の気づきが大切です。

### 本人の気づき

- しっかり寝ているのに昼間にウトウトしてしまう
- 気分が落ち込み不安感が強くなった
- 車の駐車が以前より下手になった
- 仕事や家事でうっかりミスが増えたなど



### 家族など周囲の人の気づき

- 同じことを何回も尋ねる
- 短気になった、あまり外出しないなど、以前と違う様子が見られる
- 几帳面できれい好きな人だったのに、家がひどく散らかっている
- 料理の味付けが以前と変わったなど



## ●認知症早期発見のためのチェックリスト

認知症の疑いがあるかどうかを、ごく初期の段階で簡単に判断する目安としての確認項目です。思い当たる項目をチェックしてみてください。

- 1 今日の日付や曜日がわからないことがある……………
- 2 住所や電話番号を忘れてしまうことがある……………
- 3 何度も同じことを言ったり聞いたりする……………
- 4 買い物でお金を払おうとしても計算できないことがある……………
- 5 ものの名前が出てこないことがよくある……………
- 6 置き忘れ、しまい忘れが多くなった……………
- 7 慣れた道で迷ってしまうことがある……………
- 8 ささいなことで怒りっぽくなった……………
- 9 ガスや火の始末ができなくなった……………
- 10 今まで使っていた洗濯機やリモコンなどを使いこなせなくなった……………
- 11 本の内容やテレビドラマの筋がわからないことがある……………
- 12 財布や時計などを盗まれたと思うことが、よくある……………
- 13 会話の途中で言いたいことを忘れることがある……………
- 14 だらしなくなった……………
- 15 体の具合が悪いわけではないのに、何もやる気が起きない……………

### 6項目以上に心当たりがある方は…

\* \* \* \*

このチェック表だけで認知症かどうかを判断することはできませんが、早めに専門の医師に相談することをお勧めします。

\* \* \* \*



# 認知症の段階的な症状について

認知症は、段階的に症状が異なります。一般的には、もの忘れなどの症状により認知症を疑う「気づき・発症期」から、「軽度」「中等度」「重度」へと段階的な経過をたどります。必要となる医療や支援サービスは、認知症の進行度によって異なるため、それぞれの段階にふさわしい支援を受けられるよう、症状を見極めることが重要となります。

※認知症の原因疾患などにより症状には個人差がありますので、詳しくは専門医などにご相談ください。



## ● 認知症の状態や症状

段階	状態	症状
気づき・発症期	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症の疑いがある</li> <li>● 認知症を有するが日常生活は自立している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 物の忘れがある</li> <li>・ 食事の内容を忘れることがある</li> <li>・ たまに薬の飲み忘れがある</li> <li>・ 買い物や事務作業、金銭管理に少し不安がある</li> </ul>
軽度	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 誰かの見守りがあれば日常生活は自立している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 時間や日にちがわからなくなる</li> <li>・ 同じことを何度も言ったり聞いたりする</li> <li>・ 食事したこと自体を忘れる</li> <li>・ 服薬管理ができなくなる</li> <li>・ 通帳などの保管場所がわからなくなる</li> <li>・ ゴミ出しができなくなる</li> </ul>
中等度	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 日常生活に手助けや介護が必要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 電話や訪問者への対応が一人では難しくなる</li> <li>・ 着替えや食事、トイレ等がうまくできない</li> <li>・ 外出時、道に迷うことがある</li> <li>・ 文字が上手に書けなくなる</li> <li>・ 財布を盗られたなどの妄想がある</li> </ul>
重度	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 常に介護が必要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 会話が成立しなくなる</li> <li>・ 家族の顔や名前がわからなくなる</li> <li>・ 季節や場所に合わない服装をする</li> <li>・ 寝たきりになる</li> <li>・ 食事介助が必要となる</li> </ul>

# 認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表

認知症の容態 支援の内容	認知症の疑い (気づきの時期)	認知症を有するが 日常生活は自立 (発症した時期)
<b>本人の様子</b> (見られる症状や行動の例)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 少しもの忘れがあるが、金銭管理や買い物・書類作成などを含め、日常生活は自立している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● もの忘れが多くなり、金銭管理や買い物などにミスがみられるようになるが、日常生活は自立している。</li> <li>● 新しいことがなかなか覚えられなくなったり、約束したことを忘れてしまう。</li> <li>● やる気がなくなったり、不安が強くなるなど、うつ病のような症状がみられることがある。</li> <li>● 失敗したことを指摘すると怒り出すことがある。</li> </ul>
<b>ご家族へのお願い</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 規則正しい生活を送れるよう支援しましょう。</li> <li>● 認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう。</li> <li>● 今後の介護や金銭管理などについて家族間で話し合っておきましょう。</li> <li>● 老人クラブ・サロン・サークル活動など社会参加ができるように働きかけましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 医療や介護について 相談しましょう。</li> <li>● 本人が安心して生活ができるように 支援していきましょう。</li> <li>● 介護保険サービスなどを 利用しましょう。</li> </ul>
<b>相談</b>	大山崎町地域包括支援センター・大山崎町健康課高齢介護係・ 大山崎町認知症初期集中支援チーム 居宅介護支援事業所	
<b>介護予防 悪化予防 他者とのつながり</b>	認知症カフェ・老人クラブ・健康教室・サークル活動・ 一般介護予防事業・地域介護予防活動支援事業 認知症サポーター／助け愛隊 養成講座	
<b>安否確認 見守り 生活支援 介護</b>	民生児童委員・認知症サポーター・ 緊急通報装置貸付・配食サービス・	
<b>権利擁護</b>	日常生活自立支援事業	
<b>医療</b>	かかりつけ医・	



※大山崎町では、認知症の方や介護する家族などを支援する体制の充実を推進しています。まずは一人で悩まず、かかりつけ医や大山崎町地域包括支援センターに相談しましょう。

誰かの見守りがあれば 日常生活は自立 (発症が多発する時期)	日常生活に 手助けや介護が必要 (身体面の障害が複合する時期)	常に介護が必要 (終末期)
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 服薬管理ができない。</li> <li>● 電話の対応や訪問者の対応が一人では難しくなる</li> <li>● 道に迷うようになる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 着替え、食事、トイレなど日常生活に支障をきたす。</li> <li>● 「財布をとられた」「お金がなくなった」と言い出す。</li> <li>● 自宅がわからなくなり、徘徊が増える。</li> <li>● 季節・日にち・時間がわからなくなる。</li> <li>● ついさっきのことまで忘れてしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しくなる。</li> <li>● 尿や便の失禁が増え、介護の手間が増えたり、飲み込みが悪くなり食事に介護を要し、日常生活全般にわたり介護が必要になる。</li> <li>● 言葉によるコミュニケーションが難しくなる。</li> <li>● 家族の顔や使い慣れた道具の使い方がわからなくなる。</li> </ul>

認知症を引き起こす病気により今後の経過が異なります。対応の仕方によって、本人の症状を悪化させてしまう原因にもなります。認知症のことを正しく理解した周囲の適切な対応により、穏やかな経過をたどることが可能です。まずは一人で悩まず、かかりつけ医や大山崎町地域包括支援センターに相談しましょう。

今までできていたことが少しずつできなくなりますが、尊厳を守り、日常的にさりげない声かけを心がけ、相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応しましょう。

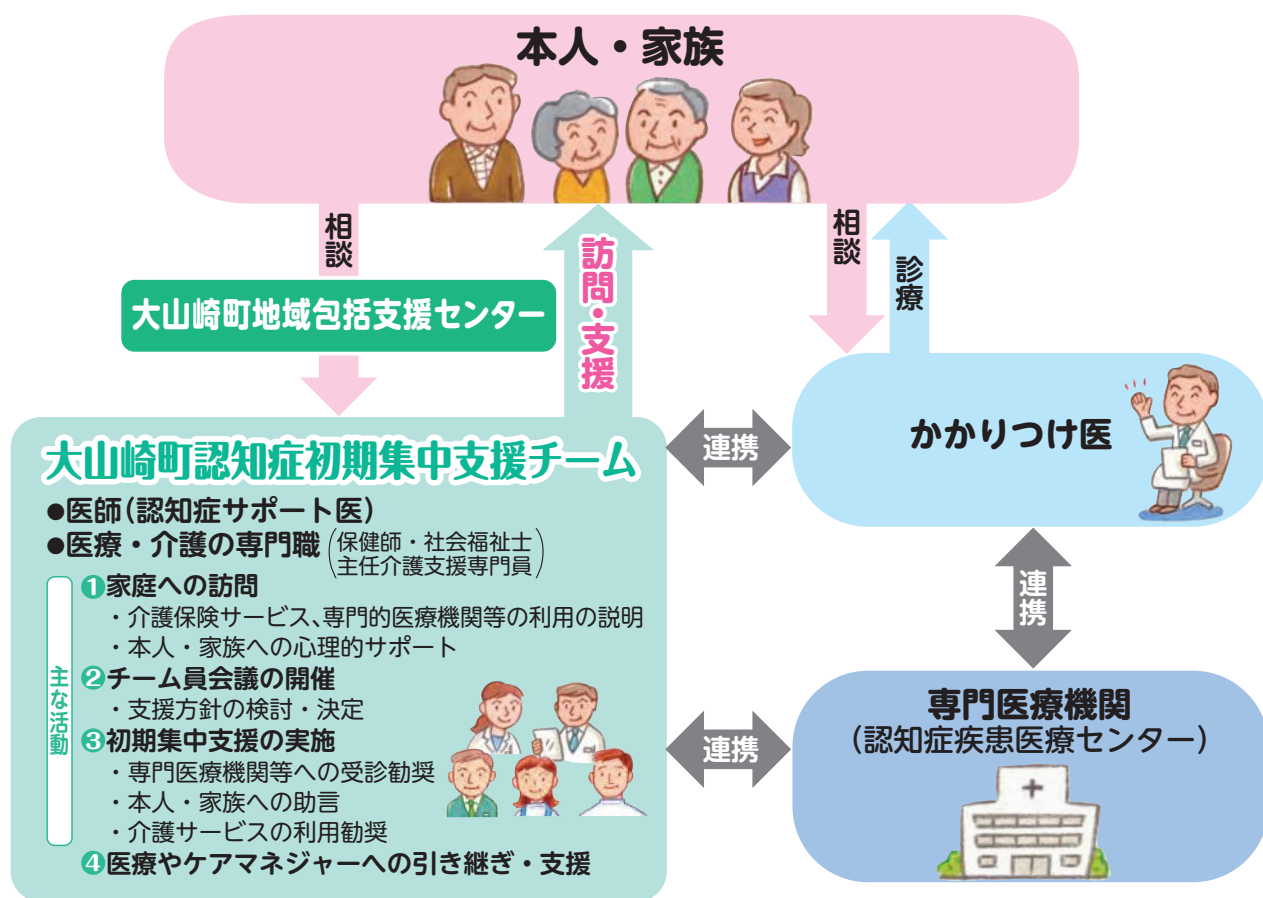
介護者の休息する時間や健康管理も大切です。すべて抱え込まずに介護サービスなどを利用し、介護の負担を軽くしましょう。また、同じ立場の人の集まり(家族会など)で話を聞いたり、自分の気持ちを話すことも重要です。

京都府認知症コールセンター・京都府若年性認知症コールセンター		
通所介護・通所リハビリテーション・訪問リハビリテーション・訪問看護		
助け愛隊サポーター・大山崎町 SOS ネットワーク		
寝具丸洗い乾燥サービス・高齢者日常生活用具給付		
特定福祉用具貸与・特定福祉用具購入・おむつ支給		
訪問介護・短期入所生活介護・短期入所療養介護・訪問入浴・居宅療養管理指導等		
グループホーム		
特別養護老人ホーム		
成年後見制度		
認知症疾患医療センター		

ご存じですか？

# 「大山崎町認知症初期集中支援チーム」

「認知症初期集中支援チーム」とは、医師（認知症サポート医）をはじめ、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの医療・介護の専門職により構成されるチームです。認知症が疑われる人や認知症の人、およびその家族を訪問して、認知症に関する心配や悩みなどの相談に応じたり、医療機関の受診や介護サービス利用の支援を行います。認知症の人やその家族が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を築きます。



## こんな人が対象となります

40歳以上の人で、在宅で生活しており、かつ認知症が疑われる人または認知症の人で、右記のいずれかに該当する場合。

- 医療サービス、介護サービスを受けていない人または中断している人で以下のいずれかに該当する人
  - ・認知症疾患の臨床診断を受けていない
  - ・診断されたが介護サービスが中断している
  - ・継続的な医療サービスを受けていない
  - ・適切な介護保険サービスに結びついていない

「おかしいな」「大丈夫かな？」と思ったら、まずは大山崎町地域包括支援センターにご相談ください。



# 連絡先一覧

※相談先や緊急の連絡先などを記入しておきましょう

お問い合わせ先	大山崎町地域包括支援センター	☎ 075-952-6533
	大山崎町 健康課 高齢介護係	☎ 075-956-2101
かかりつけ医		☎
かかりつけ薬局		☎
		☎
		☎
		☎
		☎
		☎
		☎
消費者トラブル に関する 相談・連絡	消費者ホットライン	☎ <sup>いやや!</sup> 188 ※一部のIP電話からは 利用できません
	警察総合相談	☎ #9110





