

9. 認知症の経過と対応（認知症ケアパス）

病気の種類や身体状況などにより、経過は異なり、必ずしも、この通りに経過をたどるわけではありませんが、この先の経過の中で、大まかな

	発症前→MCI認知症予備軍	発症期	症状多出期	
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ●物忘れの自覚がある ●「あれ」「それ」「あの人」等という代名詞が多く出てくる ●何かヒントがあれば思いだせる 	<ul style="list-style-type: none"> ●同じ事を何度もきく ●置き場所がわからず、探し回る ●約束したことを忘れる ●疲れる、音や光に敏感になる ●不安・いらいら・あせり・抑うつ・自信喪失 	<ul style="list-style-type: none"> ●料理がうまくできない、ATMが使えない ●「物を盗られた」という ●買い物の際小銭が払えない ●話を取り繕って話す ●考えるスピードが遅くなる。同時に複数のことが処理できない ●気持ちを言葉でうまく伝えられない 	<ul style="list-style-type: none"> ●年齢を実際より、若く言う ●外出先から家に戻れない ●トイレの場所を間違えて排泄する ●夕方～夜間にかけて症状悪化の傾向がある ●食べ物をあるだけ食べてしまう
記憶面		直近のことを覚えられない	体験したことを忘れる	
見当識		時間や日にちがわからなくなる	いつどこで何をしたかなどの出来事を忘れる	

認知症予防のための生活に心がけましょう。

認知症を発症しても、進行を遅らせるという点では、生活の工夫は同じです。

◎大事な事や出来事をKに書きとめる。
置き場所や段取りを張り紙しておく。

◎説得より、その場の納得
理屈を理解できないので、理論での説得は無理。いったん気持ちを受け止め、一緒に行動するなどしましょう。そのうち、忘れて気持ちも変わることもあります。

◎ゆっくり、短いことばで、一つずつ言う。

◎昔とった杵柄で
アルツハイマー型認知症の場合、身体で覚えているような手続き記憶はあまり障害されません。趣味や仕事で培ってきた得意分野を生かすと昔の記憶がよみがえり、心の安定につながります。

◎昔の思い出に触れたり、なじみの歌に親しむ
忘れがたい出来事や思い出に触れると、その時の生き生きとした自分につながりができるので、自分の存在を実感し、不安が軽減される

◎時間の見当がつく工夫を
デジタル時計や季節感のあるカレンダー。外の景色がみえる

◎不快な表情や態度はNG 人のしぐさや表情を読む力はむしろ敏感になります。

◎「誤りなし学習」 できないことはさせない
日付や覚えてもらおうとヒントを繰り返し、試行錯誤させると余計に混乱します。日付などは、「今日は何日です」と最初から正しい答えを示す方がベストです。

◎自然の風や光に適度にあたる。
自然の風景はこころをリラックスさせてくれますし、日中の活動量が増えると良眠にもつながります。思い

◎できることもたくさん残っている。 生活の中で役割を。小さい孫の相手、草取り、花の世話など長年の知恵や経験をもとにできることがまだまだある時期です。

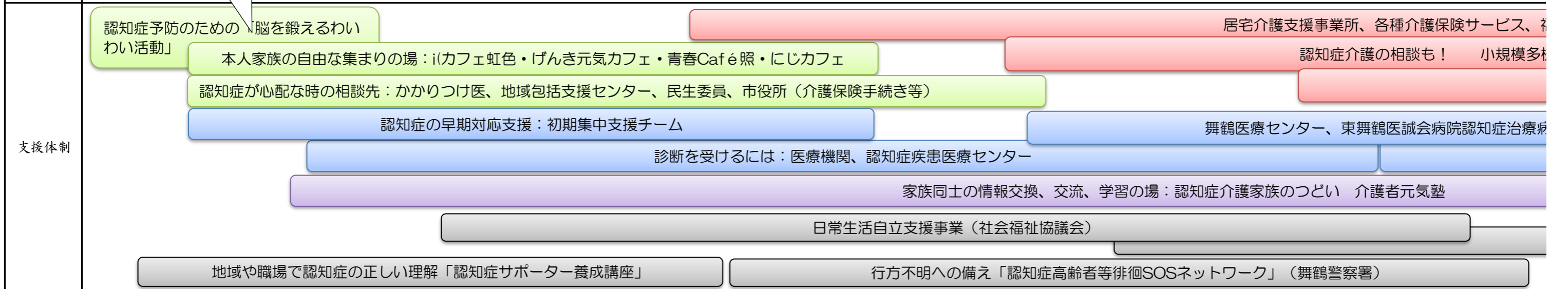
カフェでは、物忘れの心配な方の**予防や進行防止のための楽しい活動**も行ってます。気軽に利用してください。

◎認知症の疾患や介護について勉強しましょう。
認知症を引き起こす疾患により、経過も介護の方法も異なります。また、間違った対応や介護は、本人の症状を悪化させる原因にもなります。認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することでおだやかな経過をたどることも可能です。

◎近い親戚家族や本人の親しい人には、病気のことを伝えておきましょう。
記憶障害の影響で、約束を忘れてたり、電話の用件が伝えられないようなこともあります。また、病気のことを知らないために、心もとない言葉をかけられ、本人が傷ついている場合があります。病気であることを理解してもらうことは大切な事です。

◎介護サービスを利用したり、家族のつどいの場を利用。
服薬管理や入浴・リハビリなど介護保険制度を利用できます。家族が休息する時間をとったり、ご本人が家族以外の人への介護になれておくと、いざという時に戸惑わずにすみます。戸惑うような出来事が重なって、家族が最も苦しむ時期です。同じ立場の人の集まり（家族のつどいやカフェ）などで、話を聞いたり、自分の気持ちを話せる場を持つと少しは楽になると思います。介護の職員の力や智恵をうまく借り、過度の負担にならないようにしましょう。

◎今後の生活設計（介護、金銭管理、財産等）についての備えをしておきましょう。



位置を知り、今後を見通す参考にして下さい。

身体症状複合期	ターミナル期
<ul style="list-style-type: none">●歩行が不安定になる●着替えの動作ができない●声かけや介護を拒む。不快な音を立てる●尿意や便意を感じにくくなる●飲み込みが悪くなる。食事に介助が必要	<ul style="list-style-type: none">●言葉が減る●日中うつらうつらする●口から飲食物が入らない
過去に獲得した記憶を失い、若い頃の記憶の世界で生きる	
親しい人や家族が認識できなくなる	

◎身体管理を十分に

体調が変化しやすい時期です。水分が適切にとれているか？必要な食事がとれているか？便秘や下痢などはおこしていないか？発熱していないか？など身体管理にも注意をするようにしましょう。身体状況の悪化がBPSDの原因になることも少なくありません。体調に変化があれば、早めに主治医に相談しましょう。

気持ちがよみがえり、今の自分と過去の自分を思い出します。

◎スキンシップを大切に

ことばがうまく出なかったり、自分の意思を伝えにくくなります。また、声かけの理解も十分できないので、手を握る、背中をさするなどスキンシップを心がけ、安心感を与えるようにしましょう。

外出の風景を散歩するだけでも、昔の所作がよみがえり、安心につながります。

◎言葉以外のサインを大切に

ことばがうまく出なかったり、自分の意思を伝えにくくなります。表情や手のしぐさなどから気持ちを読み取るように意識しましょう。

◎認知症が進行した後の備えを

終末期の延命措置や栄養補給や医療をどの程度行うか、入院するかどうかなど、最期の時期をどこで迎えるかも含めてできるだけ本人の視点に立って相談しておきましょう。

福祉サービス

機能型介護施設・グループデイ・グループホーム

老人保健施設・特別養護老人ホーム

医療棟

かかりつけ医往診・訪問看護

成年後見制度