

2010年3月8日発行

### 1.患者さんを尊重:理解、共感

今回は、認知症の方の介護、対処の仕方などについてお話しします。認知症の患者さんは、最初のうちは、物忘れなどで周りが困ることが少ないかも知れませんが、しかしそのうち、徘徊などで周りを困らせる事があります。それらに対処するには、どうしたらよいでしょうか。

認知症の患者さんは、記憶力が障害されたとしても、すべての感情が無くなってしまいうわけではありません。そこで患者さんを尊重し、患者さん主体のケアを行うことが重要になってきます。患者さん本位のケアを行うには、認知症の本人を正しく理解し共感することが重要です。中核症状によりさまざまな生活障害が生じていく中で、本人が感じている強い不安や混乱、失敗が目立つようになり、家族や周囲から責められることで自尊心を傷つけられ、「こんなはずではなかった」と戸惑い、焦り、苛立ち、必死に「何とかしよう」としている姿として捉えられます。認知症初期には病識がなくても、「自分自身がだんだんおかしくなっている」、「ばかになった」と、心情を語る認知症高齢者も少なくありません。家族や周囲が本人の心理や体験している世界を理解できていれば、本人の心情に共感し、言動を理解することもできます。

### 2.患者からのアピール

認知症になった人たちが孤立せず、できるだけ身近な地域で同じ体験を持つ仲間とつながりあうことが重要です。認知症の人生を生きていくための力と勇気を強めていくためのネットワークで、患者様からアピールされた例を以下に示します。

- ・認知症のために何が起きているのか、どんな気持ちで暮らしているかわかってほしい。
- ・わたしはわたしとして、生きていきたい。
- ・どんな支えが必要か、まずはわたしたちに訊いてほしい。
- ・できないからという理由で、だめだと決めつけないでほしい。

### 3.5つの心理的ニーズ

認知症の人には5つの心理的ニーズがあり、それらの一つが安定すると他に波及する効果があるといわれています。

**第1のニーズは「愛情」**～家族や友人、親しい人たちとの結びつきを持ち続けたいという願い。本人を取り巻く家族やなじみの人たちが、上手く本人と関わっていけるように、関係性を継続できるように支援していこう。

**第2のニーズは「包含性」**～自分の心理や感情、不安な気持ちや悲しみ、寂しさなどを誰かにわかって欲しい、傍にいて受けとめて欲しいという願い。家族や関係者と情報を共有し、本人理解に努め、気持ちを受けとめよう。

**第3のニーズは「没頭性」**～誰かの役に立ちたいという願い。認知症でも「できること」、「豊かな感性」が残っている。「できなくなったこと」へ目を向けるのではなく、「できること」や「昔取った杵柄」などに目を向け、力を発揮したり役割の持てる場面をつくっていこう。

**第4のニーズは「その人らしさ」**～人は皆、認知症になるまでの人生を自分の思うままに、自分らしく暮らしてきた。認知症になっても、「自分らしく暮らし続けたい」という願い。人生史や生活習慣に目を向けて、本人なりの暮らし方を尊重したケアをしていこう。

**第5のニーズは「慰め」**～不安や混乱、焦りや苛立ちから解放され、尊厳を持って心穏やかに暮らしたいという願い。本人を取り巻くすべての関係者が共通理解のもとに患者さん本位のケアを実践していこう。

#### 4. ゆったりと対応、専門家にも相談を

では認知症の患者さんとの接し方はどうしたらよいのでしょうか。これと決まったものはありませんが、いろいろな場合の実際をお示しします。

間違ったこと、意味不明なことなど行っても、叱ったり、否定せず。ゆったり対応する。

(図 1)

正面から声をかけたり接したりし、驚かせないように心がける。

対応のスピードをゆっくりする。(図 2)

認知症の患者さんでは感情はあり、その感情を豊かに刺激できる場面を多く作っていくように心がける。(図 3)

徘徊、幻覚などには、本人なりの理由・背景があり、それを理解する。逆らったり、鎮めたりせず、危険のないことを確認し、しばらく見守る。(図 4)

#### 図 1 認知症の人との接し方 JAAD

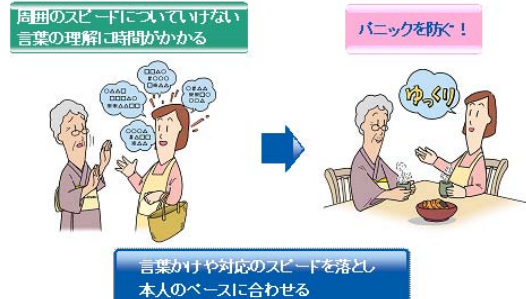
▲自尊心を傷つけない



疎ましい対応の仕方や奇異な目でみたり、無視をしたりせず、まずは「いいよ、いいよ、たいじょうぶだよ」とゆったりと接する

#### 図 2 認知症の人との接し方 JAAD

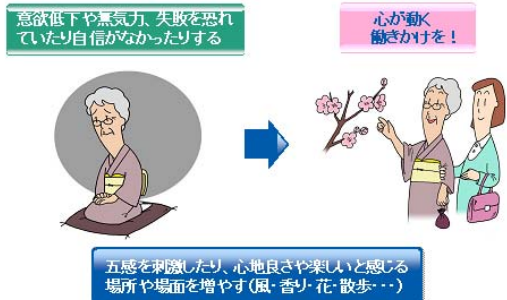
▲ゆったり、穏やかに、笑顔で！



言葉かけや対応のスピードを落とし、本人のペースに合わせる

#### 図 3 認知症の人との接し方 JAAD

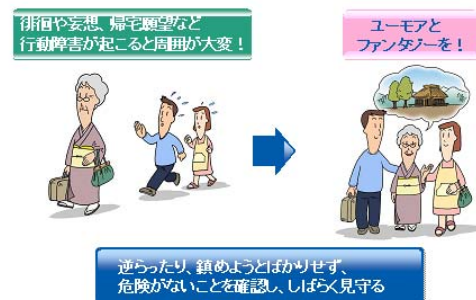
▲感情は豊かに生きている！



五感を刺激したり、心地良さや深しいと感じる場所や場面を増やす(風・香り・花・散歩...)

#### 図 4 認知症の人との接し方 JAAD

▲必ず本人なりの理由や背景がある 本人を理解しようとする



逆らったり、鎮めようとしたりせず、危険のないことを確認し、しばらく見守る

認知症の患者さんは、記憶力低下がありますが、人間として接してゆっくり過ごしていただくことで、環境に適応できより長く豊かな生活が送れます。薬だけでは、完治しませんので、ケアが重要になります。また一人で抱え込まず、ケアマネージャーなどに相談し、早期からいろいろなサービスなど利用し、介護者の方も心にゆとりを持って介護をしていくことを心がけたいものです。

前回、予告タイトルに誤りがありました。お詫び申し上げます。

次回 第6回 認知症の予防のために

神経内科 落合 淳 先生  
2010年3月23日配付予定

この内容は、名古屋掖済会病院ホームページでもご覧頂けます。

えきさいかい

Click