



# 認知症の人とその家族を 地域で支えるために

認知症の人と家族の会副代表

川崎幸クリニック院長

杉山 孝博

# 認知症を支える基本

- 認知症という病気を知る
- 認知症の人の気持ちやその世界を知る
- 認知症の人を介護する家族の苦労や思いを知る
- 認知症を自分自身の問題としてとらえる
- 認知症の人とその家族を地域で支えるために、具体的に取り組む

# 認知症という病気を知る

- 記憶力・判断力・推理力・学習力などの知的機能の低下によってもたらされる生活障害である
- 認知症の症状には、中核症状と、行動・心理症状（B P S D）がある
- 中核症状：記憶障害、理解・判断力の低下、見当識障害（時間・場所・人物が分からない）、実行機能障害（段取りよく行動できない）など
- B P S D：多弁・多動、暴言・暴力、失禁・弄便、徘徊、食行動異常（過食・異食・拒食）、昼夜逆転、幻覚・妄想、性的異常行動、抑うつ、不安・焦燥、興奮など

# 認知症の人の気持ちや その世界を知る

- 認知症の人の中には、社会生活や家庭生活がほとんど支障なく出来ている人もいれば、激しい症状を示している人も、寝たきりになった人もいる。
- 認知症と診断されても、何もかも分からなくなるわけではない。喜怒哀楽の感情も、プライドも持っている。「心は生きている！」
- 家族や自分の家が分からなくなる見当識障害、金銭・物に対するひどい執着、徘徊、暴言・暴行などの症状も、同じ状況に置かれれば誰もが示す症状に過ぎない
- 認知症の介護において最大の問題は、症状の理解の難しさにある。認知症の症状を理解し上手な対応が可能になるように工夫したのが、「認知症をよく理解するための9大法則・1原則」である

# 認知症をよく理解するための 9大法則・1原則

- 第1法則 記憶障害に関する法則
  - 記銘力低下の特徴
  - 全体記憶の障害の特徴
  - 記憶の逆行性喪失の特徴
- 第2法則 症状の出現強度に関する法則
  - 身近な人に強い症状を出す
- 第3法則 自己有利の法則
  - 自分にとって不利なことを認めない
- 第4法則 まだら症状の法則
- 第5法則 感情残像の法則
- 第6法則 こだわりの法則
- 第7法則 作用・反作用の法則
- 第8法則 症状の了解可能性に関する法則
- 第9法則 衰弱の進行に関する法則

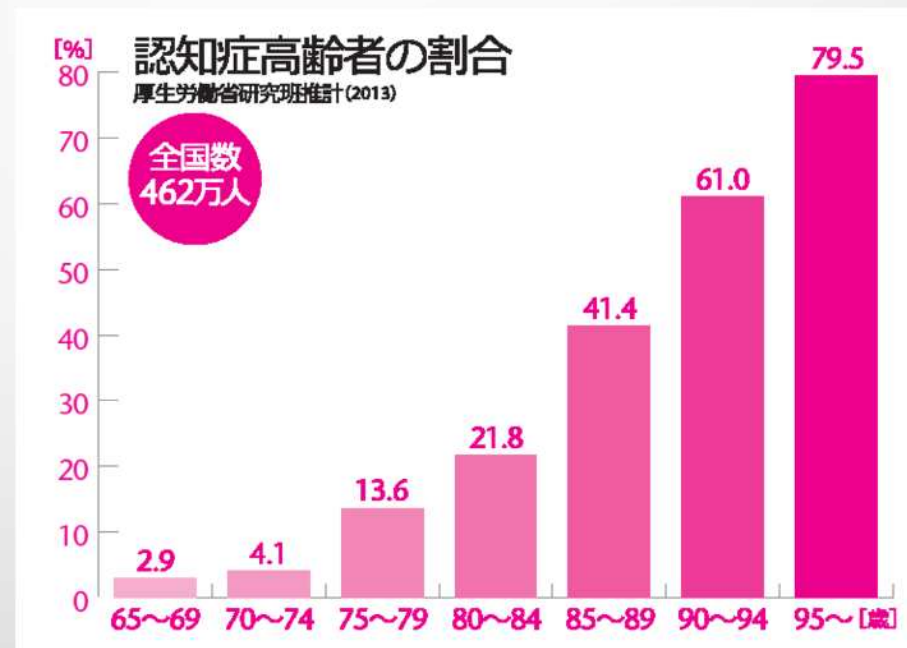
介護に関する原則

# 認知症の人を介護する 家族の苦労や思いを知る

- 認知症の家族の苦労は、家族も含めて周囲の人たちから理解されないことが多い
- そのため、介護者は孤立無援の思いに悩むことになる
- 介護者が介護負担を軽くするためには、
  - ①認知症に関する正しい知識を持つ
  - ②様々な介護サービスを割り切って使うこと
  - ③ケアマネジャーなどの専門職との接触を持つこと
  - ④いつでも気楽に相談できる人を1人でも持つこと（認知症コールセンターに相談するのもよい）
  - ⑤認知症の人と家族の会のつどいに参加するなど、当事者と接すること

# 認知症を 自分自身の問題としてとらえる

- 認知症高齢者数は、2012年で462万人、2025年には730万人（厚労省研究班）
- ひとり暮らしの認知症高齢者の増加
- 認知症の人が認知症の人を介護する「認認介護」の現実
- 若年性認知症の問題  
医療・介護、経済的問題、就労、子供の養育・結婚、遺伝など様々な問題を抱えている。
- ターミナルまでを含めた認知症ケア



# 認知症の人とその家族を地域で支えるために、具体的に取り組む

- 認知症を理解するための学習会に参加する
- 認知症サポーターになる
- 認知症の人と家族に声かけをする
- 自分が迷惑なことをされたとき、認知症の症状ではないかと考えてみる
- 地域で、啓蒙活動やボランティア活動に参加する
- 認知症の人と家族の会の会員になる



# 世界アルツハイマーデーにちなんだ 建物のオレンジ色のライトアップ



大阪城



京都タワー



海峡メッセ下関



山梨県庁



山形-旧米沢高等工業学校



高知城



宮崎県庁



神奈川県でも

世界アルツハイマーデーに

建物のライトアップしませんか