

アストのなっとく講座


～認知症について


考えてみよう編～

 寿寿 (じゅじゅ)・・・しっかり者のお姉さん猫

 はっば・・・わがまま、気まぐれな妹猫

 今日は、認知症について考えてみましょうか。

 身近に認知症の人いるよーって皆さんも、今増えてきてるんじゃない? 「認知症サポーター」とか、よく聞かし。

 素敵な取り組みよね。身近に認知症の方がいらっしゃる皆さんも、そうじゃない皆さんも。理解不足や気持ちの行き違いから、お互いが悲しい思いをしてしまわないために。認知症について、ちょっと考えてみて欲しいのです。





認知症には、2つの症状があるの。

ひとつは、記憶力や理解力、判断力が衰えてくる「中核症状」。新しい出来事が覚えられなくなる記憶障害。時間や場所、人が分からなくなる見当識障害。計画を立てて物事を行う事が出来なくなる実行機能障害など。

もうひとつは、妄想や思い込みの「心理症状」。

お金やお財布を盗まれたと思いつんでしまったり、幻覚や錯覚、暴力や暴言などの症状も。身近な方に、このような症状が出たら・・・どうかしら?

 うう、そうねえ。大好きな人であればあるほど「どう接したらいいの?!」てパニックになっちゃうかも…。

 そうよね。戸惑ってしまうのが普通。でも、「何かおかしいな」というのは、実はご本人が一番わかっているの。認知症の症状が進んでも、年長者としての誇りや、子どもや動物、植物をいつくむ気持ちなどの感情は、そのまま保たれているの。まずはご本人の気持ちを思いやり、否定せずに話を聞いてあげて欲しいの。

 ホントよね。別の人になった訳じゃないんだもん。

 認知症の方と接するうえで、気を付けたいポイントは2つ。

ひとつは『その人らしさ』を大切にすること。

認知症だからきつこうに違いない! という決めつけは避けて。その人の個性と歴史はそのまま残っているの。認知症になる前の姿を思い浮かべて、今何を望んでいる?と、言葉にならないメッセージを探ることが大切。

もうひとつは、否定よりも肯定の気持ちで接すること。

認知症の方が何かを失敗してしまったとき、強い口調で否定したり、理屈に任せた説得をしてしまうと…。ご本人は、ひとり罪悪感や孤独感をどんどん募らせていってしまうの。

 か、悲しいにゃ・・・周りの皆が「失敗しても大丈夫よ!」って、肯定する気持ちで居ないとよね。



街中で「あれ?あの人、同じところにずっといるような…道に迷ってるのかな?」と思ったとき。本当に迷っているのか、単なる散歩中なのかを見分けるのは難しいわよね。そんな時は、寒いのに薄着、バッグを持っていない、など不自然な点が無いかを探ってみて。最初の声かけは「いいお天気ですね」などの、ごく普通の挨拶を。徐々に警戒心を解いていくことが大切なの。

コロナ禍で非接触化が進んで、お店や駅などの様子が変わることが増えたわよね。認知症の方は、配置が変わったり設備が新しくなったりしていると、以前の違いに戸惑い、普段は分かる簡単な事も分からなくなってしまうことが多いの。困っている方を見つけたら、放っておかず声かけを。ご自身で声をかけなくても、代わりに店員さんや駅員さんと呼んであげるのも有効よ。



皆がなる可能性のある認知症。助け合っていきましょうにゃ!!

アストのほけん

 0120-57-2760 長野県諏訪市南町10-5

■定休日/土日祝日 ■営業時間/ 10:00 ~ 19:00

E-mail:ast@view.ocn.ne.jp HP:https://astnohoken.com/