



認知症の方の様子の変化と家族の心構え














アルツハイマー型認知症の特徴を中心に載せています。

●レビー小体型認知症 ★脳血管性認知症

☆前頭側頭型認知症

認知症は進行によって症状が変化していきます。なお、症状の現れ方には個人差がありまた、症状のない時期には認知症の予防活動に取り組みましょう。




ます。家族や周囲の人が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。

		症状のない時期 (予防の時期)	気づきの時期 (変化が起きた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)	いろいろな症状が出てくる時期 (日常生活に手助け・介助が必要)	身体の動きが悪くなる時期 (常に介護が必要)
本人の様子	会話など	人との交流 	・約束を忘れることがある ・いつも「あれがない」「これがない」と探している ・趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる ・不安や焦りがあり、怒りっぽくなる	・時間や日にちがわからなくなる ・同じことを何度も言ったり聞いたりする ●「子供が枕元に座っている」「壁に虫が這っている」などの幻視が現れる ★理解力はあるのに、新しいことが覚えられない ☆衝動的で自分勝手な行動が多くなる ☆決まった時間に決まったことをする	・電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる ・文字は書けるが、文章を書くのが難しい	・質問に答えられない ・会話が成立しなくなる ・家族の顔や名前がわからなくなる ・表情が乏しくなる 
	食事・調理	バランスのよい食事 	・何を食べたか忘れることがある 	・調味料を間違える ・同じ料理が多くなる ・鍋を焦がすことが多くなる	・調理ができない ・食事や水分がきちんと取れない	・食べ物でないものを口に入れる ・食事介助が必要となる ・飲み込みが悪くなる ・誤嚥性肺炎を起こしやすい
	着替え 排尿・排便			・同じ服ばかり着ている ・ボタンをかけ違える ・入浴しても髪が洗えない ・排尿の失敗がある	・季節や場所に合わない服装をする ・入浴をいやがる ・排尿の失敗が増え、汚れた下着を隠す	・着替えができない ・尿意や便意がわからない 
	お金の管理 買い物		・お金や書類の管理はできるが、不安に感じている。	・町内会費を何度も払おうとする ・通帳などの保管場所がわからなくなる ・生活費の管理をするのが難しい ・財布や通帳を盗られたなどの妄想がある ・買い物で小銭が使えない ☆欲しい物があるとお金を払わずに持ち帰ることがある	・お金の出し入れができない ・同じものばかりを買う 	
	薬 外出など	生活習慣病の予防 適度な運動や趣味活動 	・たまに薬の飲み忘れがある ・外出するのがおっくうになる 	・薬の飲み忘れが目立つ ・ゴミ出しができなくなる ・回覧版が回せなくなる ・慣れた道に迷うことがある ・家電の操作が難しくなる ・公共交通機関での、目的をもった外出が難しい ●手足が震えたり、歩幅が小さく不安定になり、転びやすくなる	・薬の管理ができない ・近所への外出で道に迷う ・家電の操作ができない 	・自分がいる場所がわからなくなる ・寝ていることが多くなる 
本人の思い			・これからどうなるのか不安なとき、周りから「もっとしっかりして」といわれると苦しい ・できないことについて、自分で認めるのがつらい	・できないことが増えるが、できることもたくさんあることを知ってほしい ・時間や場所、人が分からなくなることが困る ・行動には理由があるので、頭ごなしに怒らないでほしい	・症状がかなり進んでも、「何もわからない人」と考えないでほしい ・言葉で自分の状態を表現できなくても、顔や表情から、快・不快をくみとってほしい	
家族の心構え		・予防の活動を支援しましょう ・家庭内で役割をもってもらいましょう ・日頃からコミュニケーションをとることで気づきに早くつながります。	・家族や周りの人の「気づき」が、早期発見、早期対応につながります。何か様子がおかしいと思ったら、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう ・認知症の勉強会などで、認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう ・本人の不安に共感しながら、さりげなく手助けしましょう	・できないことや間違いがあっても、責めたり否定したりせず、本人の思いを聴きましょう ・火の不始末や道に迷うなどの事態に備えて、安全対策を考えておきましょう ・一人で悩みを抱え込まず、身近な人に理解してもらいましょう ・同じ介護を経験している家族の集いや認知症カフェにも参加するとよいでしょう ・今後の対応で戸惑わないように、生活設計について予め本人の思いを聴いて、かかりつけ医や家族と話し合っておきましょう	・食事、排尿・排便、清潔保持などの援助が必要になり、いろいろな病気が起きやすいことを理解しましょう ・一人で介護を抱え込まないように様々なサービスを活用しましょう ・介護者の気持ちを共有できる場を活用しましょう	



認知症の進行に合わせて利用できる支援の一覧

認知症の状態に合わせ、介護保険サービスや公的サービス、その他の支援を上手に利用しましょう。

	症状のない時期 (予防の時期)	気づきの時期 (変化が起きた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)	いろいろな症状が出てくる時期 (日常生活に手助け・介助が必要)	身体の動きが悪くなる時期 (常に介護が必要)
① 相談先	①区健康長寿課・②地域包括支援センター	③認知症疾患医療センター	・居宅介護支援事業所などのケアマネジャー・④認知症の人と家族の会・⑤認知症コールセンター		
② 元気な体を維持したい・ 役立ちたい	⑥自主的な健康づくり・各種介護予防教室 ⑦公民館活動・⑧シニア大学・⑨地域交流サロン・⑩介護予防拠点	⑪老人クラブ 介護予防サービス、介護予防・生活支援サービス	事業(⑮通所型サービス、⑯訪問型サービス)		
③ 病気について	⑫かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局 病院(一般病床) ※身体的な入院治療が必要な場合		③認知症疾患医療センター・⑬もの忘れ外来・認知症サポート医・認知症専門医 ⑭重度認知症患者デイケア 医療療養病床 病院(精神科病床、認知症治療病床) ※認知症の行動・心理症状が強く出現したとき		
④ 介護・看護・ 生活支援・ 見守り・家族支援			⑮訪問看護 ⑮デイサービス・デイケア・⑯訪問介護・⑰訪問入浴介護・⑱ショートステイなど ⑮認知症対応型デイサービス・⑲小規模多機能型居宅介護 ⑲定期巡回・随時対応型訪問介護看護・⑲看護小規模多機能型居宅介護 ⑲あんしん電話・⑲日常生活用具給付・⑲配食サービス・各種有料の生活支援サービス ⑲認知症の人と家族の会・⑲認知症カフェ・⑲家族介護教室・⑲在宅生活継続支援事業など ⑲民生委員・児童委員・⑲近隣ミニネットワークづくり推進事業・⑲老人クラブ・⑲高齢者地域支え合い事業・⑲認知症サポーター・各種有料の見守りサービスなど ⑲はいかいSOSネットワーク事業・警察		
⑤ 生活のことが心配			⑳福祉サービス利用援助事業「かけはし」 ㉑自立支援医療(精神通院医療)・㉑精神障害者保健福祉手帳	㉑成年後見制度	
⑥ 住まいや施設のこと		㉑自宅・サービス付き高齢者向け住宅・㉑有料老人ホームなど ㉑グループホーム・㉑老人保健施設・㉑介護療養型医療施設 ㉑軽費老人ホーム・㉑養護老人ホーム ㉑特別養護老人ホーム ㉑住宅改修・㉑福祉用具			