

18

認知症の親とどう接したらいい？



Q 父が認知症で、介護しています。年を追うごとに症状がひどくなり、暴言や暴力もあります。認知症の症状は頭で理解していても、とても大変です。[70代]

A

認知症の方との接し方のポイントをいくつかご紹介します。認知症の方の介護は、プロでも接し方が難しいとよく言われます。一人で抱え込まず、ケアマネジャー(→13)や地域包括支援センター(→3)、主治医などに相談しましょう。悩みを相談したり、共感しあえるコミュニティを見つけてみるのも良いかもしれません。



認知症の方の行動を理解するために

認知症の方は、周囲の人との関わりの中で3つの原則に抵触した場合に、暴言や暴力などの激しい言動を示すことがあると考えられています。

| 第1原則 ご本人の記憶になければ ご本人にとっては事実ではない | 第2原則 ご本人が思ったことはご本人にとっては絶対的な事実である | 第3原則 認知症が進行しても プライドがある |
|--|--|--|
| 認知症の方は、出来事の全体をごっそり忘れてしまう記憶障害を持っています。周りにとっては真実でも、ご本人は記憶がないため真実ではなくなります。思い出させようとしたり、教えたりしても、ご本人にとっては事実ではないため、さらに混乱させてしまうことも。 | 例えば、認知症の方が食事をしたことを忘れて、「まだ食事を食べていない」と思った場合、それが絶対的な事実となり、否定すると激しい反発が出てきます。まずは受け止め、落ち着いたら別の話題に切り替えるのが良いとされています。 | 認知症が進んでも羞恥心やプライドがなくなるわけではなく、子ども(若い方)から「そんなことをしてはダメと言ってるでしょ」などと言われると、プライドを傷つけられたと感じて、怒りだすことがあります。プライドや尊厳を守る接し方を心がけましょう。 |

※公益社団法人認知症の人と家族の会「認知症の人の激しい言動を理解するための3原則」(同会副代表理事の杉山孝博医師が考案)より。

認知症の方との会話のコツ

認知症の方は、話したことや聞いたこと、行動したことはすぐに忘れてますが、そのときの「感情」は長く残り続けるそうです。認知症の方と会話するときは、つぎの4つのコツを意識してみてください。良い感情を残すことができ、穏やかに過ごしてもらえるかもしれません。

| | |
|------------------|---|
| ほめる、感謝する | どのようなことをされても、「上手ね」「ありがとう。助かったわ」などと言い続けていると、次第にご本人の表情や言動が落ち着いてきます。 |
| 同情 | 「そういう事があったのですか」「大変ですね」と相づちを打つことも大切です。 |
| 共感 | 「良かったね」を話の終りに付け加えると認知症の方にとっては「共感」になります。「ごはんおいしかった？良かったね」というようにこちらが共感を示すと、認知症の方は介護をする方に共感を持つようになり穏やかな気持ちになります。 |
| 事実でなくても認める、演技をする | 認知症の方にとっての事実を否定するとこだわりがますます強くなって混乱が続きます。まずは否定せずに話を聞いて、ご本人の思い込みをいったん受け入れましょう。ご本人の世界に合わせてセリフを考え、演技する俳優になったつもりで。 |

※公益社団法人認知症の人と家族の会「認知症をよく理解するための9大法則・1原則」より「第5法則 感情残像の法則」(同会副代表理事の杉山孝博医師が考案)より。

認知症カフェ(オレンジカフェ)

認知症カフェ(オレンジカフェ)は、認知症のご本人やご家族、地域の方、専門家、情報を共有し理解しあう場です。誰でも参加でき、お茶や軽食を楽しみながら自由に過ごすなかで、認知症の方同士の交流が深められたり、介護や医療についての情報交換ができたりします。ご自身の地域のカフェを探してみてください。

認知症の人と家族の会

公益財団法人認知症の人と家族の会は、1980年に認知症の人を介護するご家族と支援者が中心となり結成された全国組織です。「認知症になっても安心して暮らせる社会」を目指して、主に次の活動に取り組んでいます。ホームページには、認知症に関する基本的な情報も掲載されています。

- 当事者同士で悩みを打ちあけ交流できる「つどい」の開催
- 介護に関する情報などを知ることができる「会報」の発行
- 困ったり悩んだりしたときに相談できる「電話相談」

アクセスはこちら

