



認知症は注意深い介護で改善できる

[あとで読む](#)

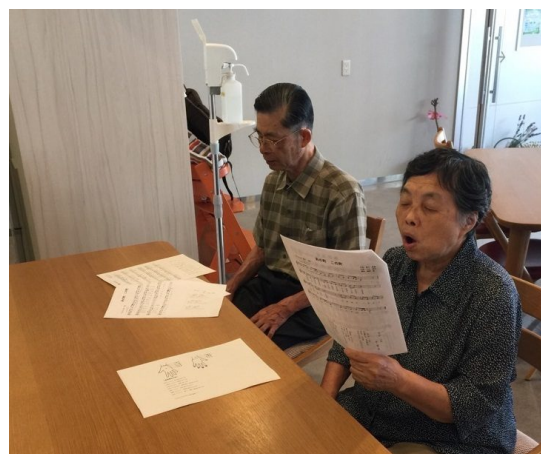
【尊厳ある介護⑥】水を飲ませるだけで症状緩和も

公開日：2017/08/15 (ソサエティ)

里村 佳子 (社会福祉法人呉ハレルヤ会呉
ベタニアホーム統括施設長)

今回は認知症の方の症状を改善するための介護についてお話しします。

認知症は、脳の器質的な障害によって生じる症候群です。記憶力や判断力、実行能力や会話能力など知的能力が高齢を含む後天的な障害で低下する病態です。社会的に支障をきたすようになって初めて認知症と呼びます。



音楽療法 (里村氏提供)

認知症の初期診断は、とても重要です。早めに認知症と診断される場合は、進行を遅らす様々な対応が可能となります。

診断方法として本人、家族からの問診が中心に行われるため、本人の生活上の変化、例えばきれい好きな人が入浴をしなくなったなど、ちょっとした変化を日常的に記録しておけば役立ちます。

このほかの検査方法として血液や尿検査、CTやMRI検査、HDS-R (改訂長谷川式簡易知能評価スケール) などがあります。

認知症の症状は、2つに大別されます。一つ目は中核症状と呼ばれる病気としての症状で、記憶障害、日時や場所や人物が分からなくなる見当識障害、理解・判断力の低下、行動するための手順が分からなくなって実行できなくなる実行機能障害などのことです。

もうひとつは、行動・心理症状（BPSD）と呼ばれる病気に伴う周辺症状です。これは、不安・焦燥、徘徊、興奮・暴力、せん妄、幻覚・妄想、不潔行為、抑うつ状態などの症状となって現れます。

周辺症状は、出る人と出ない人がおり、認知症介護で悩みのもととなります。認知症は、アルツハイマー病、脳血管性、レビー小体病、前頭側頭葉変性症の四つが上位を占め、4大認知症と呼ばれています。

ほかにも認知症はあります。全快する可能性のある認知症もあるのです。慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、甲状腺機能低下症、ビタミン欠乏症、体調不良などはそれぞれにあたります。

頭部外傷、脳梗塞、脳炎の場合はその後遺症として認知症を発症することもあります。

どんなケアをすると症状は和らぎ、場合によっては改善するのでしょうか。

まず、認知症の原因からお話しましょう。認知症を悪化させる一次要因は脳の障害です。同時に、水分不足便秘、発熱、病気、栄養不良、薬の副作用といった身体的要因や、不安、孤独、ストレス、無為という心理的要因が症状を悪くしかねません。

音がうるさい、光が強すぎる、住み慣れた家を離れ入院したり、施設に入所する場合や、慣れていた介護者から他のひとに変わるといった環境の変化（環境的要因）も症状、とりわけ周辺症状を悪化させかねません。

裏返して言えば、身体要因、心理的要因、環境的要因に注意すると症状は和らぐのです。中核症状は、脳のダメージなので、医学的には改善は困難ですが、本人にとっても介護者にとっても辛い周辺症状は、適切なケアによって改善できます。

つまり、悪化させる要因を取り除けばいいのです。

簡単なことなのに効果が高いのは、1日1500ml（水分制限のある人は除く）を

目安とした水分補給です。

高齢者は、トイレに行くのを嫌がり脱水傾向にあります。脱水になると意識レベルが低下して、認知症が悪化することがあります。

ぼーっとしてもうろう状態にある高齢者に、水を飲んでいただくだけで、しっかり受け答えができるようになったことは度々あります。

さらにバランスの良い食事を取っていただき、便秘をしないこと。脳と腸は密接に関係しているので便秘は大敵です。そして、薬の副作用と隠れた病気がないかをチェックします。

不安や孤独にならないよう、認知症の人が気持ちをあらわせるよう、よく話を聞くことも重要です。

行動を抑制したり、否定しない。認知症の人のありのままを受容し、変えようとしないことです。人生の先輩として敬い、プライドを傷つけるような幼児言葉やタメ口は慎まなければなりません。

また、ストレスを与えないよう、環境全般に気を配る必要があります。

落ち着いて過ごせるよう大きな音をたてない。昼間は、なるべく太陽光を浴び、夕方からはオレンジ色（電球色）のライトが良いと言われています。こうしたことも周辺症状への対応策なのです。

施設入所であればベットの側に家族の写真やなじみの物を置くなどして環境の変化を最小限度にする工夫は大切です。

認知症の人は、コミュニケーション能力が低下しているので、自分の気持ちや考えを伝えにくくなって、常にストレスを受けています。

周辺症状を悪化させるのは、認知症の人の症状ばかりを見て、人を見ようとしないうち私たちが介護する側に悪化する要因の一部があることも少なくないのです。

続報リクエスト

マイリストに追加

以下の記事がお勧めです

- > [里村 佳子氏のバックナンバー](#)
- > [記者の先走り「直接民主主義」が全国に衝撃](#)
- > [イギリスに根付く「神の見えざる手」の精神](#)
- > [平成帝の女帝撤回は神社神道の猛反発から（橋本氏ご逝去に伴い再掲します）](#)
- > [天皇陛下のお言葉、「など」に滲む制約（橋本氏ご逝去に伴い再掲します）](#)

プロフィール

最近の投稿



里村 佳子(社会福祉法人呉ハレルヤ会呉ベタニアホーム統括施設長)

法政大学大学院イノベーションマネジメント（MBA）卒業、広島国際大学臨床教授、前法政大学大学院客員教授、広島県認知症介護指導者、広島県精神医療審査会委員、呉市介護認定審査会委員。ケアハウス、デイサービス、サービス付高齢者住宅、小規模多機能ホーム、グループホーム、居宅介護事業所などの複数施設の担当理事。今年10月に東京都杉並区の荻窪で訪問看護ステーション「ユアネーム」を開設予定。

News Socraは、記者30年、新聞協会賞受賞の元日経新聞の土屋直也が編集長をしています。ネットで本当のジャーナリズムを盛り上げたいと思い、ベテランライターによる独自記事とセレクト記事を掲載しています。

[トップへ](#)

アプリでもご覧になれます



App Store
からダウンロード



Google play
で手に入れよう

いいね! 0

シェア 0

ツイート

G+

LINEで送る

[この記事編集](#)

ソクラとは

[FAQ](#)

編集長プロフィール

[利用規約](#)

利用案内

[プライバシーポリシー](#)

著作権について

[特定商取引法に基づく表示](#)

メーキングソクラ

[お問い合わせ](#)

お知らせ一覧

[コラムニストプロフィール](#)

Copyright © News Socra, Ltd. All rights reserved