

知ってほしい認知症の症状とサポート

認知症は、誰もがなり得る身近な病気です。高齢化が進む日本では、65歳以上の4人に1人が認知症またはその予備軍（軽度認知障害）と言われており、誰でも歳をとるほど、認知症になる可能性が高くなります。認知症になると、さまざまな原因で脳の働きが悪くなり、記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出てきてしまいます。認知症の人をサポートするためにも、まずは、認知症の症状を理解することが大切です。

中核症状

脳の働きが悪くなることで、全ての認知症の人に共通して起こる症状です。治りにくい症状ですが、治療で症状の進行を緩やかにすることは可能です。

行動・心理症状 (BPSD)

認知症の人ご本人の身体不調や、不適切な介護や環境など、さまざまな原因で本人の不安・ストレスがたまり、起こる症状です。
★身体の不調や精神的なストレスを取り除くようサポートすることで、症状を改善できることがあります。

症状の例

周りの人ができるサポート

本人が落ち着くまで一緒に散歩し、傾合いを見て自宅へ誘導するのもよいでしょう



「それは大変」「困ったね」など、まずは本人の気持ちに共感し、話を聞いてあげましょう

灯りを落とす、体を温めるなど、本人がリラックスできる環境を作りましょう

言動を否定せず、場所を移動する、話題を変えるなど対応しましょう

中核症状
治りにくい

行動・心理症状 (BPSD)

身近な人の対応で改善が可能

サポートするときのポイント

- ①ありのままを受け入れる……………▶症状を理解し、こちらが感情的にならない
▶1人の人間として尊重して接する
▶間違いを無理に正そうとし、プライドを傷つけない
- ②ひとりぼっちにしない……………▶症状を進行させないよう、脳に刺激のある生活を送る
▶趣味や遊びを通しコミュニケーションを取る
- ③本人ができることはしてもらう……▶できることは本人でやることで、症状の進行を緩やかにする
▶体調を崩さないよう、生活リズムや環境を整える
▶転倒しないように見守る

