

# 認知症について

認知症や老化に伴う認知機能低下は、ADLが低下することで、食事や着替え、排泄、入浴等の日常生活の動作が難しくなります。また活動量が減少すると、意欲の低下が見られたり塞ぎがちになり、他者とのコミュニケーションの機会も減ります。それにより身体や脳の機能が低下し、認知症をさらに進行させます。

★BPSD（行動・心理症状）によりADLが低下した方との関わり方（気持ちに寄りそいうまく関わるには？）

状態：出来ていた事ができない。身体を思うように動かせない。変化を受け止められずショック。

対応：それぞれのご利用者の状況や性格に添ったお声がけをするようにしましょう。

また、出来ない事を良かれと思いヘルパーが全て代わりに行ってしまうと、ご利用者の自尊心を傷つけたり、出来ていた事もできなくなってしまいます。

★QOL（生活の質）を高く保つことで日々元気に生活が送れ、ADL維持に繋げるには？

対応：美味しい物を食べたり、家族や友人との雑談から「生きがい」「充実感」を感じていただく。

また、趣味や地域活動等で他者との関わりが増えれば、生活に張りが出てQOL向上に繋がる。

## ＝ 認知症ケア、ADL低下予防の事例 ＝

A様 80代女性 要介護3（認知症の診断あり）もともとは社交家で何でも好奇心があり、人当たりの良い方。圧迫骨折を機にほとんど動かなくなってしまい、認知症も進行。週2回行っていたデイサービスも行かなくなり、ADLがさらに低下。部屋で寝ている事が多く、他者との関わりに消極的。大好きだったお寿司も「そんなに食べたくない…」と言ったり、トイレに行く事も面倒だと感じられている様子。ヘルパーは、掃除洗濯、食事の提供等のケアを行う。

※A様の状況や性格に添ったお声がけで、生きがいや充実感を探す！

### ①望む気持ちを引き出す

興味を示すものを話の中で伺った。→昔、「編み物」をされていた事が分かる。

編み物の道具をお渡しすると滑らかな手つきで30分ほどされた。



### ②継続したお声がけ

その後も継続的に編み物を話題にしたお声がけを行いました。

「今日はいいわ」と言われる日もありましたが、ほとんど毎回編み物を行われました。

### ③心と行動の変化を読みとり見守る

できあがりが入らないのか、編み物の作品をほどこれることも多くみられましたが、手を動かすこと自体が楽しいと感じている様子。そして編み物をする際には、昔のお話を楽しそうにされていました。

また、「基礎編みを教えてあげるわ」と編み方を教えてくださることもありました。

### ④ご自身のご希望を尊重したケア

他のヘルパーや家族、友人に作品を見てもらったり、編み方を話して、活動量がアップしてきました。

※A様に下記のような変化が見えるようになってきました！

1. 自信を取り戻し、堂々とされるようになった。
2. お好きな事が出来る事で、他者との交流や活動量が増え、食事量もアップした。
3. 今後、編み物が出来るデイサービスに行く事が目標となった。



まとめ：認知症ケアでは、ご本人のご希望を取り入れ、心地よくケアを受けていただく事も重要です。

ご本人がどんな事を希望しているのか、お話を伺うだけでなく、日々の言動から気持ちを想像してご本人への理解を深めることも大切です。