

## 認知症の方の様子の変化と家族の心構え

認知症の症状の現れ方には個人差があり、進行とともに症状が変化していきます。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処していくことが大切です。

		軽度認知障害 (MC I)	認知症 (初期)	認知症 (中期)	認知症 (後期)	
本人の様子	認知症の進行	認知症予備軍	認知症の疑い	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	
	会話など	<ul style="list-style-type: none"> <li>会話は普通にできる</li> <li>物忘れが目立つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>約束を忘れることがある</li> <li>いつも「あれがない」「これがない」と探している</li> <li>趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる</li> <li>不安や焦りがあり、怒りっぽくなる</li> <li>食事の内容を忘れることがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>時間のやりくりがわからなくなる</li> <li>同じことを何度も言ったり聞いたりする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる</li> <li>文字が上手に書けなくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>質問に答えられない</li> <li>会話が成立しなくなる</li> <li>家族の顔や名前がわからなくなる</li> <li>表情が乏しくなる</li> </ul>
	食事調理		<ul style="list-style-type: none"> <li>食事をしたことを忘れる</li> <li>調味料を間違える</li> <li>同じ料理が多くなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>電子レンジが使えなくなる</li> <li>鍋を焦がすことが多い</li> <li>同じ食材を買い込む</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食へ物以外を口に入れる</li> <li>食事介助が必要となる</li> <li>飲み込みが悪くなる</li> <li>誤えんや肺炎を起こしやすい</li> <li>着替えができなくなる</li> <li>季節や場所に合わない服装をする</li> </ul>	
	着替え		<ul style="list-style-type: none"> <li>同じものばかり着ている</li> <li>ボタンをかけ違える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>入浴をいやがる</li> <li>服を選べない</li> </ul>		
	お金の管理 買い物		<ul style="list-style-type: none"> <li>お金の管理や書類の記入はできる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>買い物で小銭が使えない</li> <li>区費をなんども持つてくる</li> <li>通帳などの保管場所がわからなくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>同じ物ばかりを買う</li> <li>財布や通帳を盗られたなどの妄想がある</li> </ul>	
服薬 排泄 外出 など		<ul style="list-style-type: none"> <li>たまに薬の飲み忘れがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゴミ出しができなくなる</li> <li>回覧板が回せなくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>たびたび道に迷う</li> <li>薬の飲み忘れが目立つ</li> <li>失禁で汚れた下着を隠す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分がいる場所がわからなくなり、家に戻れなくなる</li> <li>尿や便の失禁が増える</li> <li>寝たきりになる</li> </ul>	
	家族の心構え	<ul style="list-style-type: none"> <li>家族や周りの人の「気づき」がとても大事です</li> <li>何か様子がおかしいと思ったら家族間で話し合い、様子を確認し状況によって、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</li> <li>認知症サポーター養成講座などで認知症に関する正しい知識や理解を深めておきましょう</li> <li>趣味や家庭内での役割を継続できるようにしましょう</li> <li>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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>できないことや間違えがあっても責めたり否定したりしないようにしましょう</li> <li>火の不始末や道に迷うなどの事故に備えて安全対策を考えておきましょう</li> <li>1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</li> <li>今後の生活についても話し合っておきましょう</li> <li>同じ介護を体験する家族のつどいに参加するとよいでしょう</li> <li>ご近所に認知症であることを伝え、協力をお願いしましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事、排泄、清潔などの支援が必要になり、合併症が起きやすいうことを理解しましょう</li> <li>1人で介護を抱え込まないように介護、医療サービスを活用しましょう</li> <li>どのような終末期を迎えるか家族間をよく話し合っておきましょう</li> </ul>		

## 認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表

認知症の方や介護する家族などを支援するさまざまな事業があります。認知症の状態に合わせて、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。

	軽度認知障害 (MC I)	認知症 (初期)	認知症 (中期)	認知症 (後期)
認知症の進行	認知症予備軍	認知症の疑い	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要
相談		地域包括支援センター (認知症地域支援推進員、認知症初期集中支援チーム)・ケアマネジャー・認知症の人と家族の会		
予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護予防講演会・介護予防教室</li> <li>筋力トレーニング事業・ミニデイサービス事業</li> <li>元氣アアップ (フォローアップ) 教室</li> <li>高齢者クラブ・地域サロン</li> <li>総合事業 (通所型サービス・訪問型サービス)</li> <li>介護予防サービス (通所リハビリ など)</li> </ul>			
医療		かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局・認知症医療疾患センター		
介護		訪問看護・精神科 (外来・急性期増悪期の一時入院)	介護サービス (デイサービス・通所リハビリ・訪問介護・訪問看護 など)	
生活支援 家族支援 安否確認 権利を守る		民生児童委員・認知症サポーター・緊急通報システム・地域での見守り	<ul style="list-style-type: none"> <li>行方不明防止のための事前登録、位置情報機器(GPS)利用助成</li> <li>家族介護用品 (紙おむつ等) 助成事業</li> </ul>	
住まい		<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症の人と家族の会・認知症家族のつどい</li> <li>成年後見制度</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>グループホーム・介護老人保健施設</li> <li>特別養護老人ホーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>特別養護老人ホーム</li> <li>自宅・公営住宅・民間住宅・有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅</li> </ul>