

認知症は進行すると症状が変わってきます。周りの関わり方で症状が軽く済む場合も…

軽度認知障害 (MCI)

予防活動をしないと5年くらいで約50%の方が認知症に！



● 本人の様子

物忘れが増えた！
でも自分一人で生活
できます



● 家族や周囲の対応のポイント

「まさかそんなことは…うちの人のかざって〜
「あれ？おかしいな？」

- ・早期受診、早期対応が認知症の進行予防のカギです。
- ・早目に「かかりつけ医」や「認知症サポート医」に相談しましょう（家族だけでも相談できます）。
- ・家庭内や地域での役割を続けてもらいましょう。



***** **認知症の症状** *****

初期

中期

後期

認知症の疑い

日常生活は自立

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・介助が必要

常に介護が必要

- ・物事がおぼえにくくなる
- ・やる気が出ない
- ・「持ち物が盗まれた」と言い始める
- ・失敗を指摘したり、話した内容を訂正すると怒り出す

「償いたくない、
言えば分かってくれるはず…」

- ・誤得、説明は逆効果です。
- ・受診は本人が受け入れやすい状況をおせらず整えましょう。本人に認知症を告知するかは主治医とよく相談しましょう。
- ・家族で今後の介護のことについて話し合しましょう。
- ・困ったことがあったら抱え込まず、周りや専門家にまず相談しましょう。

- ・（突然の外出など）予想外の行動や妄想が増える
- ・すぐに感情が高ぶる（興奮・怒り・悲しみなど）
- ・着替え・食事・トイレなど当たり前にできていたことが一人ではできなくなる
- ・ついさっきのことも忘れる

「なんで私たちばかり…」

- ・悩みを語り合える場に参加して溜め込まないようにしましょう（認知症カフェ・介護者のつどい）。
- ・共倒れにならないよう、介護する人も健康に注意しましょう。
- ・介護保険を含め、サービスをうまく使いましょう。
- ・家族だけの見守りには限界があります。地域での見守りが大切です。

- ・表情が乏しくなる
- ・尿や便の失敗が増える
- ・会話や意思疎通が難しい
- ・家族の顔が分からなくなる
- ・寝たきりになることもある

「家での介護が大変だな…」

- ・コミュニケーションは難しいですが、伝わっていることもあります。
- ・「自宅」と「施設」迷ったらご本人もご家族も後悔しない方を選びましょう。
- ・一人でできないことが多い、他の病気になりやすいことを少しずつでも受け止めましょう。
- ・どのような終末期を迎えるかも家族間で話し合しましょう。

認知症等によって、行方不明や事故が心配される方は…

- ・衣類には氏名、住所、連絡先等を記入しましょう。
- ・近所の方にも、認知症であることを知ってもらい、日頃から見守ってもらいましょう。
- ・認知症高齢者等見守り事業を活用しましょう。(P17参照)

※万が一、姿が見えなくなった場合は、早期発見のために、いち早く警察に届けましょう。