

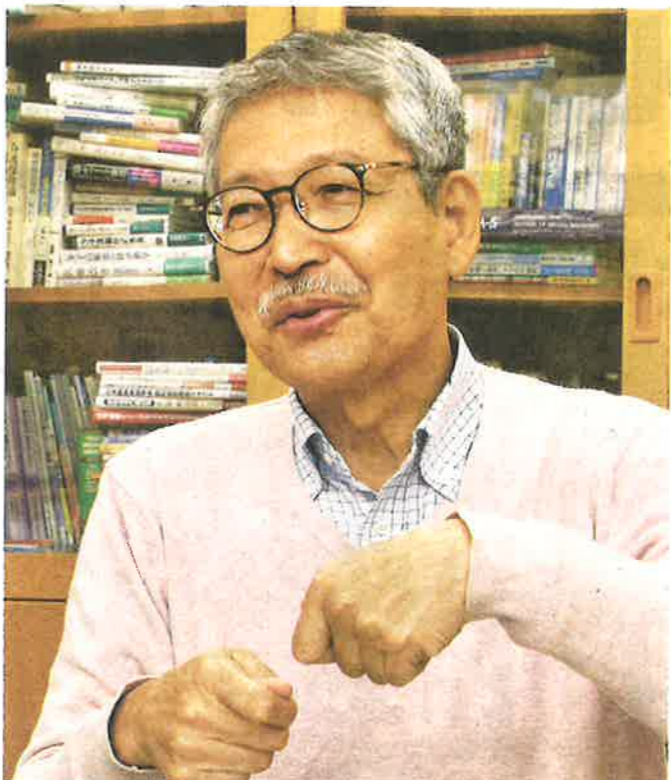


「長寿の勲章」前向き思考で

認知症になるには長生きが必要なため、「長寿の勲章」とも言われる。しかし、本人や家族は認知症による変化に苦しむことが往々にして起こる。本人の心理状況を踏まえて周囲はどのような考え方をして負担を軽減するべきか、専門家によるアドバイスを紹介する。

山口晴保

社会福祉法人 浴風会
認知症介護研究・研修東京センター長



やまぐち・はるやす
1952年、群馬県生まれ。群馬大医学部卒。群馬大大学院保健学研究科教授を経て、2016年から現職。群馬大名誉教授。専門は認知症の実践医療・リハケア。

接し方を工夫し 周囲でサポートを

本人は自分が認知症と分か 動きにくくなります。認知症には見えない人もいます。

いい、という頼み方が基本です。あまり知られたくない気もします。

「認知症になると、認知機能が落ちていくと、認知機能が低下します。自分が物忘れするのは年相応だと考える。あるいは生活管理ができていないのに、できていると思っている、というように。」

「診断はどのように？」

「一般的には理解しにくい障害が起きているのが認知症です。つえを使っている人は見れば運動障害と分かりませんが、認知症の障害は見ても分からない。それで家族は「なんでも簡単なこともできないの」と言い、言われた本人は「何で怒りが爆発する。認知症は、こういうものだ」と本質を理解すれば、腹を立てても仕方ないと分かるのですが、理解していないと介護は大変になります。」

「まず本人に、どうしてこへ来たのか聞きます。『物忘れが心配で来た』と自分で言っているのは、軽度認知障害か認知症になっていくのが多い。『これも悪くないのに連日』と本人が悩んでいるのは、本人が大丈夫だと言っているのは、病識が落ちている認知症の特徴なのです。」

「生活への支障は？」

「質問事項は？」

「着替え、トイレ、入浴、歯磨きなどの動作が、手順よくできなくなります。症状が進むと、体と服の空間的な位置関係が分からなくなり、袖を通せなかったり服を順番に着られなかったりする『着衣失行（ちゃやくいしこう）』が起きます。これは手足の動きや感覚情報、視覚情報を統合してコントロールしている脳の頭頂葉の機能が低下するためです。」

「日々の生活の様子を尋ねる。日々の生活の様子を尋ねる。日々の生活の様子を尋ねる。日々の生活の様子を尋ねる。」

「運動機能は？」

「自宅までできる検査法は？」

「アルツハイマー型の初期から中期は、ほぼ認知機能限定の障害ですが、進行すると運動機能を担っている脳の運動野にも病変ができ、手足が

「手のひらを自分に向けて親指を組み、ハトの形を作った、それをまねしてもらいます(⑤の写真参照)。アルツハイマー型の人には、他者の視点で見る機能が落ちるので、

「医療機関に連れて行くのも大変です。」

「軽度認知障害の段階でライフスタイルを変え、前向きに楽しく生きていけば、進行を遅らせたり、場合によっては少し改善したりすることが見込まれます。リハビリに取り組むのに必要な要素を、5原則としてまとめました。

「物忘れするから診てももらおう」と言うが大抵失敗します。そういう時は「心配で眠れない。私のために一度診てもらう」と。あなたがこれをしてくれるら私はうれ

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

「認知症の型が判別できる。43項目の質問表も作成し、私の研究室のHPに掲載しています。」

不自由だが 不幸ではない

「軽度認知障害の段階でライフスタイルを変え、前向きに楽しく生きていけば、進行を遅らせたり、場合によっては少し改善したりすることが見込まれます。リハビリに取り組むのに必要な要素を、5原則としてまとめました。認知症になるには長生きが必要なことです。がんや脳卒中で死んでもなれません。健康に気をつけて長生きをしてきた人を、最後に待ち受けているのが認知症です。」

脳活性化リハビリテーション5原則

認知症のリハビリに取り組むために必要な要素やモチベーションとして、山口晴保氏が提唱する
①楽しい環境 ②笑顔の双方向コミュニケーション ③役割 ④ほめ合い ⑤失敗を防ぐ支援 一の五つ。