

今日から
始める

認知症を予防・克服するために

認知症対策

家族が初期の認知症と診断されたときの心構え

初期の認知症だと診断されたとしたら、本人はもちろん、その家族も大きなショックを受けることでしょう。その際、家族として事実を受け入れ、患者に寄り添う思いやりのあるコミュニケーションを心がけることで、病状の進行を防ぐことが十分に可能になるのです。

自分の家族が初期の認知症であると診断されたら、誰しも動揺してしまうことでしょう。「あんなにしっかりしていた母親が認知症だなんて……」などとショックを受けてしまい、その事実をなかなか受け入れることができないこともあるかもしれません。しかし、患者本人はもちろん、その家族も、認知症を正しく理解したうえで適切な対処法に取り組むことが、病状の進行を防ぐことにつながるのです。

家族として、認知症による患者の失敗や理不尽な言動などを大らかに受け止め、思いやりのあるコミュニケーションを心がけることが何よりも大切です。例えば、部屋の電灯を消し忘れていたり、靴とスリッパをはき違えたりといった失敗を逐一あげつらい、「また忘れた」「また失敗した」というように責め立てたりしてはいけません。このようなことが続くと、患者は自信を失ってしまい、「できるだけ叱られないようにしましょう」と考えるようになります。そのため、何ごとにも消極的になり、病状が悪化するという悪循環に陥ってしまうこともあります。

前回ご紹介したように、アルツハイマー型認知症の初期の段階では、昔のことをよく覚えていたり、判断力や計算力などが高いまま保持されていたりするなど、健康な人と変わらない点が少なくありません。失敗したことを責めるのではなく、日ごろから患者の長所や上手にできたことを褒めるような言動を心がけましょう。

また、患者を理詰めで説得しようとするのも、避けたほうがいいことの一つです。例えば、認知症で起きやすい症状に「物盗られ妄想」があります。これは、自分がどこかに置き忘れた財布などの貴重品を盗まれたと思いついてしまうもので、家族などの身近な人が疑われることが少なくありません。その際、家族が「盗っていない」「ここに置き忘れているでしょう」などといっても、本人に置き忘れた自覚がない以上、納得してもらえませんし、お互いの関係

がこじれてしまうことにもなりかねません。このようなときは、信頼できる第三者にいていねいに説明してもらったり、患者と一緒に探してあげて本人に見つけてもらうような行動をとったりすることが大切です。

繰り返しになりますが、周囲の人が認知症とその患者のことを理解し、患者に寄り添う言動を心がけることが、病状の進行を防ぐことに大いに役立ちます。家族はもちろん、地域ぐるみで認知症の人を支えていけるような社会づくりに取り組んでいきたいものです。

家族が初期の認知症と診断されたときの心構え

プライドを傷つけない

安心感を与える

責めたり叱ったりしない

ほかの人と同じように
接する

説得しない

服薬の管理をする

できれば一緒に通院する



薬の飲み忘れを防ぐため、家族が服薬の管理をすることが望ましい。また、病状の進行具合などを正しく把握するため、患者の通院に家族が付き添うことも大切。



浦上 克哉 Urakami Katsuya

鳥取大学医学部教授、一般社団法人日本認知症予防学会代表理事、日本認知症予防学会専門医、公益社団法人日本老年精神医学会理事。認知症診断・予防の第一人者として、外来での診察と治療、予防、ケアなどを総合的に行なっている。また、講演会やメディアを通じて、認知症の予防と早期発見、克服などに関する実践的な啓発活動に取り組む。