認知症を予防・克服するために

今日から始める

認知症対策

認知症の患者にしてはいけないこと

今回は、認知症の患者に接する際にしてはいけない3つの原則と、具体的な7項目についてご紹介しましょう。

認知症の患者に接する際には、「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷付けない」という3つの「ない」を覚えておきましょう。

●驚かせない

誰でも後ろから急に声をかけられると、驚いてしまうことが少なくありません。とりわけ認知症の患者は、自分の周囲に対する認識力が低下している可能性があるため、その人の視野に入ってから話しかけるなど、患者を驚かせないための心配りが大切になります。

●急がせない

認知症によって認知機能が低下している場合は、何かをするときに私たちが考える以上に時間を要してしまうことがあります。そのような際、急がせたり苛立ったりするような態度をとったりすると、焦ってしまって、失敗することもあります。何をする場合でも、十分な時間をかけてもらうようにしましょう。

●自尊心を傷付けない

これまでも解説してきたとおり、認知症になっても豊富な人生経験に基づくプライドがあります。間違いや失敗を厳しい口調で指摘したりするようなことは避け、自尊心を傷付けることのないように気を付けましょう。

また、上記の３つの「ない」を前提として、認知症の患者に対して絶対にしてはいけないといわれているのが、「叱る」「命令する」「強制する」「子ども扱いをする」「行動を制限する」「役割をとり上げる」「何もさせない」という7項目です。

なかでも、「行動を制限する」「役割をとり上げる」「何もさせない」ことは、本人の生きがいを奪ってしまうことにもなりますので、特に注意していただけたらと思います。

普段の行動でうまくできないことや失敗するようなことが多くなったとしても、本人に意欲がある場合は、できることを継続してもらうように見守ったり、作業を手伝ったりするなど、患者に寄り添った行動を心がけることが大切なのです。

個人的な印象になりますが、現在、認知症を発症している世代の多くの方は、何らかの形で自分が社会や家族の役に立ちたいと考えているように感じます。認知症になったからといって、その人から役割をとり上げ、何もさせないのでは、本人は生きることの意味を見出せなくなってしまうことでしょう。

病状の進行を防ぐためにはもちろん、認知症を予防するためにも、生きることの喜びや自分が生きていることの価値に気付いてもらうことが、何よりも重要になります。認知症の人が生きがいを持って暮らせるよう、家族をはじめとする周囲の人たちが十分なサポートを行なえるような環境づくりに取り組んでいきたいものです。

3つの「ない」と絶対にしてはいけない7項目

3つの「ない」

- 驚かせない
- 急がせない
- 自尊心を傷付けない

絶対にしてはいけない7項目

- ×叱る
- ×命令する
- ×強制する
- ×子ども扱いをする
- ×行動を制限する
- ×役割をとり上げる
- ×何もさせない

認知症の患者との適切な接し方を実践することで、病状の進行を防ぐこともできる。

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。