
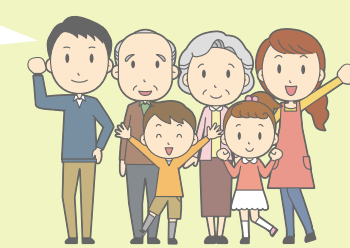



認知症を知ろう。今すぐチェック。

【池田町 認知症ケアパス】

(支援を知ろう。詳しくチェック。)

	発症前→認知症予備軍 (MC I) (物忘れはあるが、日常生活は自立している)	初期 (認知症を有するが日常生活は自立)	中期 (誰かの見守りがあれば日常生活が送れる、または少しの手助け、介助が必要)	後期 (常に介護が必要)
認知症の特徴	脳血管性認知症	●脳梗塞や脳出血の発症 ●脳の障害部位によって、手足等に麻痺が出たり、やる気がでない、泣いたり怒りっぽくなるといった症状が現れます。		●症状が進行し、日常の会話が取りづらくなります。 ●人、モノの認識がしづらくなります。 ●食べ物の食べかたがわからなくなり、飲み込みがむずかしくなります。 ●服の着方がわからなくなります。 ●失禁がみられるようになります。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 症状をチェックしてみましょう。 「あれっ」と思ったら相談を。 </div> 
	アルツハイマー型認知症	●思い出せないことが出てくるが、ヒントがあれば思い出せます。日常生活に支障はありません。 ●「あれ」「それ」「あの人」などの代名詞が多くなります。定期受診と治療(服薬等)、適度な運動の継続が大切です。	●季節や、そのときの状況に合った衣服を選べなくなります。 ●買い物へいっても、同じものを買ってきってしまうようになります。 ●親しい家族の名前を忘れることができます。	
	レビー小体型認知症	●物忘れはあまり目立ちませんが、便秘、臭覚の異常、うつ症状、レム睡眠行動障害(夜中に大きな声で寝言を叫んだり、急に起き上る、腕や足をバタバタする等)が現れることがあります。	●段取りの悪さ、物忘れ、立ちくらみが出現します。 ●幻視(まぼろしがみえる)、幻聴(実物しない音が聞こえる)、パーキンソン症状(手足の動きが悪くなる)が出てきます。壁のシミが虫に見えたり、「人がいる」「小人がみえる」等の訴えがでてきます。被害妄想、嫉妬妄想もでてきます。	
	前頭側頭型認知症		●毎日同じことをくりかえす(常同行動) ●「万引き」「信号無視」などの反社会的行動を衝動的に行うことがあります。 ●嗜好の変化 ●言葉が出にくくなる、言葉を理解しにくくなります。	
本人の心構え	●物忘れで気になることがあれば、かかりつけ医に相談してみましょう。 ●家に閉じこもることは、認知症への近道になってしまいます。外へ出て人と顔を合わせたり、体を動かしましょう。 ●これからの「生き方 最期の迎え方」について、希望を家族と話し合い、まわりの人に伝えたり、書いて残しておきましょう。	●家族等から「怒られる」ことがあるかもしれません。みなさんはあなたのことが心配で気にかけてくれているはずですよ。 ●運転を一段落する準備をしましょう。認知症は判断能力が低下していきます。車で事故を起こし、あなた、家族、相手の方が悲しい思いをする前に、車がなくてもすむような準備をしましょう。	●認知症になっても、あなたはあなたです。 ●家族や近所の人、みんなが安心して生活できるように、見守ってくれています。 ●あなたのうれしい気持ち、つらく悲しい気持ちを教えてください。その声が、池田町が認知症になっても、安心して暮らせる町になる第一歩になります。	●あなたの周りのみなさんが、ずっと応援しています。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 家族も地域も、各医療・福祉機関も、みなさんが応援しています。 </div> 
家族の心構え	●ご本人に対して、物忘れ等、変化を感じたら、メモを取りましょう。そして、それを持って、かかりつけ医、地域包括支援センター等に相談してみましょう。 ●「本人を支える。地域や周りの人から支えられる」心構えをしておきましょう。 ●認知症は、引き起こす原因疾患により、病気の症状や介護の方法が異なります。間違った対応方法は、症状を悪化させてしまう原因になります。認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することで、おだやかに生活することができます。 ●「これからの生き方 最期の迎え方」について、希望を本人と家族とで話し合っておきましょう。	●体調に気をつけましょう(水分、食事、運動、排便、睡眠等) ●ご本人にはできることがあります。生活の中で役割をもったり、ご本人が、わかりやすいよう工夫をしましょう(ゆっくり話す、張り紙をする、物を整理する等) ●あせらず、いらいらしないでください。 ●親戚、近所の人や地域の人、本人の親しい人には、病気のことを伝えておきましょう。トラブル、混乱が起きにくくなるはずですよ。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 症状に応じて、様々な相談先や支援サービスがあります。 </div> 	●理解や判断がむずかしくなってきます。いらいらすることもありますが、本人の気持ちを受け止め、ご本人に寄り添っててください。 ●ゆっくり話をしたり、散歩へでたり、ご本人の気持ちが落ち着くと、症状が安定する場合があります。 ●道がわからなくなり、行方不明になることがあります。近所の人とも話し、一緒に見守ってもらいましょう。 ●介護サービスを利用したり、地域の人など、周りの人にも助けてもらいましょう。 ●ご本人の症状に対して、戸惑うことが増え、家族が最も苦しむ時期かもしれません。周りの支援を受けるなかで、からだを休めたり、つらい思いを吐き出したり、気持ちをリフレッシュする時間を持ちましょう。	●なにか変化を感じたら、すぐにかかりつけ医やケアマネージャー等へ相談しましょう。 ●言葉を話せなくなったり、意思を伝えられなくなってしまったとしても、ご本人の感情はいつまでも残っています。やさしく声をかけたり、手を握ったり、からだをさするなど、安心して心地よく生活してもらえようようにしましょう。 ●終末期の延命措置、どんな治療を望むのか、どこで最期を迎えるのか、みんなで確認しておきましょう。
関わるすべての人の心構え	●認知症は病気です。 ●だれでも認知症になる可能性があります。 ●体調に気をつけましょう(生活リズムを整える、水分・食事、運動、排便、睡眠等) ●認知症が進行してくると、理解、判断がむずかしくなり、日常生活にもさまざまな支障がでてきます。会話がうまくできなかつたり、道に迷うこともでてくるかもしれません。中傷したり、笑ったりせず、「今までと変わらない人」として、仲間としてサポートしてもらえたらと思います。これまでと変わらないお付き合いを続けましょう。			