

診療所
待合室
認知症の治療とケア

大山口診療所

久野 宣年

一般に認知症とは「物忘れ」の範囲を超えて、まったく忘れるようになり、本人も忘れた自覚がなくなってしまう病気です。そして認知症になると本人よりも家族や周りの人が異常に気付きトラブルが発生してきます。例えば、いつもしている事ができなくなる、道に迷う、車をぶつける、大切なものを無くしては盗られたと言い張る（物盗られ妄想）、徘徊、失禁などです。

代表的な認知症は、アルツハイマー型認知症です。この症状は「物忘れ」の進行した記憶障害、判断力の低下、見当識障害（時間、場所が分からなくなる）です。さらに、BPSD（認知症に伴う行動と心理症状）といわれる妄想、興奮、徘徊、介護抵抗などの症状が生じます。このBPSDが認知症患者と家族・介護者のQOL（生活の質）を低下させる主な原因です。記憶障害などの症状は、今のところ治すことはできません。薬物療法で、やや進行を遅らせることができる程度です。

しかし、BPSDを予防し治療していくことは可能です。認知症の治療の目的は患者と家族・介護者のQOLをいかに高めるかであり、これはBPSD

Dをいかに予防し治療するかにかかっています。

相手（認知症患者）が失敗を繰り返すと叱ったり、幻覚や妄想があれば厳しく否定して正気に戻りたいと考えますが、これらの叱ったり、説得したりする行動が相手のストレスや不安を強め、結果として興奮したり、徘徊などの行動をさらに助長することになります。

介護で一番大切なことは患者さんの不安を取り除き、穏やかで楽しい気持ちをもっと維持していくことです。これによってBPSDを予防し改善していくことができます。実際にあつた出来事や会話の内容はすぐに忘れてしまいますが、楽しい気分や安心感はいつまでも記憶に残ります。これにより、患者さんの態度は穏やかで素直になり、介護がとてスムーズになるからです。

どんなBPSDの症状（幻覚、妄想、徘徊、興奮など）でも必ず患者さんに合う対処法があるはずで、介護者は一人で先々のことまで考えずに周りの人に相談してください。ショートステイ、デイサービスなども積極的に利用しましょう。地域には相談窓口もあります。認知症のBPSDは周囲の人にとって大変つらい症状ですが、実際には何年も続くことはありません。また、認知症は現代の高齢化社会では避けて通れない、誰もが経験する問題でもあります。

こころの健康コーナー こころの健康に関連する内容を掲載します。

こころの健康カルタ：心の健康について正しい知識を持っていただき、より健康な町になることを願って作成しました

かけがえない命——
あなただけのものではありません

1人が自殺（自死）や自殺未遂をすると、それによって精神的な打撃を受ける人が少なくとも5人はいるといわれています。自殺（自死）や自殺未遂は、本人だけの問題ではなく、その家族や知人、友人、同僚にも大きな精神的ダメージを及ぼす問題なのです

保健同人社「こころのSOSに気づいたら」

国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
自分の周りにいるかもしれない自殺を考えている人の存在に気づき、専門家につなぎ、見守っていく
自殺予防週間：9月10日の世界自殺予防デーにちなみ、毎年9月10日から1週間を自殺予防週間と設定
「自殺総合対策大綱」

か
かけがえない命

（投稿くださった方）
山本きみえさん

か

（イラスト）
長谷川由美さん

（投稿者による説明）
自分を過小評価してはいけない
《一言コメント》
物事がうまくできない日が続くと、自分は何もできてないと落ち込んでしまうことがあります。
そんな時は、ゆっくり、自分を振り返ってみましょう。自分が今、できていることと、できていないことを落ち着いて見つめてみましょう。
できていない部分にはばかり目が行ってしまつと、自分は何もできていないんだと勘違いしてしまいます。
けれども、できていない一方で、できていることもいろいろあるはずで、できていることに目を向けてみましょう。そして、あなたのできていることを、きちっと見てくれている人がいるはずで、

鳥取県立精神保健福祉センター所長 原田 豊

え
えらばれて生まれてきたと思っつわよ

（投稿くださった方）
秋柊勝利さん

え

（イラスト）
秋柊勝利さん

「こころの健康カルタ」の利用について 9月10日から1週間は自殺予防週間です。

日々の暮らしの中で大事にしたい言葉や行動が読み札になっています。心の健康づくりの一環として、このカルタを保健課で貸し出しています。使い方も説明しますので各種会合、地域の行事に活用してみませんか？

詳細は右記問い合わせ先までご連絡ください。 <問い合わせ先> 保健課 ☎ 0859-54-5206