

With [SERIES]  
ウィズシリーズ

藤本直規・奥村典子●監修  
FUJIMOTO Naoki OKUMURA Noriko

# 認知症と ともに

家族が認知症になつたら

*With Dementia*



朝日新聞厚生文化事業団  
THE ASAHI SHIMBUN SOCIAL WELFARE ORGANIZATION



「認知症」という言葉から、どんなイメージを描くでしょう。ひどいもの忘れや徘徊、乱暴な振る舞いなどを想像されるかもしれません。でも、ご本人が症状に応じた適切な治療とケアを受け、さらにご家族がさまざまな支援の輪の中に入ることで、病気に負うことなくがんばっている人たちが、実はたくさんいるのです。認知症は特別な病気ではありません。誰にでもなる可能性がある病気なのです。

高齢の認知症患者は、全国でざっと200万人と推計されています（注1）。近い将来、高齢者のほぼ1割が認知症という社会が来るとも言われ、他人事ではなくなりました。

しかし、認知症は、正しい病気への知識と本人への理解があれば決して怖い病気ではありません。徘徊する、大声を出すなどの症状を心配する人が多いかもしれませんが、必ずしもそうした状況になるわけではありません。適切な治療、行動を理解したうえでの接し方次第で、周囲を困らせる行動も少なくできる可能性があります。

もう一つ大切なことは、介護する家族の心と体の健康です。近親者やご近所、介護関係者の協力やアドバイスを受けながら、なによりも「一人で抱え込む」ことをせず、状況に応じて息抜きをしながら認知症の人と向き合っていくことが必要です。

この本ではこれから先、誰もが直面するかもしれない場面を想定し、分かりやすいストーリー立てでページを展開しています。認知症とはどんな病気なのか、家族はどうかかわっていけばよいのか、介護保険サービスとはなど、ある家族の視点から必要な時に必要な知識と注意点、アドバイスをまとめました。

認知症の人もきっと「いつまでも自分らしくしたい」と願っていることでしょう。家族の方々も「前向きに生活を大切にしたい」と願っているでしょう。本書がその二つの願いをかなえるきっかけになれば幸いです。

朝日新聞厚生事業団

※注1：厚生労働省労健局「高齢者介護研究会報告書『2015年の高齢者介護』」（2003年6月）

# 認知症とともに 家族が認知症になつたら CONTENTS

## CHAPTER 1

### 診断から治療・ 介護サービス まで



- 1 いつもと何かが違うと思ったら、それは認知症のサイン 8
- 2 まずは受診しよう 10
- 3 病院で診察を受ける 12
- 4 介護保険を利用しよう 18
- 5 ケアマネジャー  
介護支援専門員を選ぼう 22
- 6 どんな介護サービスが受けられる? 24
- 7 診断から1年。本人と家族の暮らしは? 28

## CHAPTER 2

### 「認知症」とは



- 1 認知症とは、どのような病気なのでしょうか 32
- 2 認知症の症状①「認知機能障害」 34
- 3 認知症の症状②「BPSD(行動・心理症状)」 38
- 4 主な病気の種類と症状 44
- 5 認知症の進行とは? 46
- 6 認知症の治療 48
- 7 忘れてはいけない「身体の健康」 50

### CHAPTER 3

## 認知症ケア



- 1 ケアの基本①「心の理解」 54
- 2 ケアの基本②「認知機能障害の理解」 56
- 3 できることはたくさんあります 58
- 4 かかわりのヒント 60
- 5 考えてみよう。生活環境のこと 70

### CHAPTER 4

## 施設入所？ 看取り



- 1 いざれ施設入所を検討する時期がきても 76
- 2 私の介護、私の看取り 80

### COLUMN | コラム |

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| 14   CHAPTER1   本人の気持ち、家族の気持ち    | 72   CHAPTER3   介護の家計術                   |
| 17   CHAPTER1   告知について           | 73   CHAPTER3   成年後見制度                   |
| 21   CHAPTER1   認知症と診断されたあとの暮らし方 | 73   CHAPTER3   エンディングノート                |
| 30   CHAPTER1   介護者が自分しかいない場合は？  | 74   CHAPTER3   もうひとつの大切なこと<br>「あなたの気持ち」 |
| 47   CHAPTER2   若年認知症            |  |
| 52   CHAPTER2   車の運転 どうすべき？      |  |

## CHAPTER 1

# 診断から治療・ 介護サービス まで

- 1 いつもと何かが違うと思ったら、  
それは認知症のサイン
- 2 まずは受診しよう
- 3 病院で診察を受ける
- 4 介護保険を利用しよう
- 5 ケアマネジャー  
介護支援専門員を選ぼう
- 6 どんな介護サービスが受けられる？
- 7 診断から1年。本人と家族の暮らしは？

# 1 いつもと何かが 違うと思ったら、 それは認知症のサイン

「ただいま」。久しぶりに帰省した。母さんきっと喜ぶだろうなあ、と胸を弾ませながら玄関を開けた。

「あら、帰ってきたの？　ずいぶん急ねえ」。玄関から顔を出した母が言う。おかしいな、帰省の日時を伝えておいたはずなのに。すっきりしない気分で居間に入ったとき、私は「あれ？」と思った。きれい好きの母らしくなく、部屋が散らかっている。

麦茶を飲もうと冷蔵庫を開けたら、同じような食品ばかりが入っていて、よく見ると賞味期限が切れているものが多い。しっかりものの母さんなのに、何か変だな…。

## Q 「いつもと何かが違う」と思うこと、ありませんか？

言ったことをすぐ忘れたり、冷蔵庫に同じものがたくさん入っていたり、好きだった料理をしなくなったり…。いつもと何かが違うと気づいても、「もう年だから」とやり過ごしがちですね。

認知症は、単なる加齢によるもの忘れではなく、脳の一部の神経細胞が障害されることによって起こる「病気」です。いつもと違うと気づいた時には、少し立ち止まって日常生活を見渡してみることが大切です。

# こんなことに気づきませんか？

認知症は加齢によるもの忘れと間違われやすいため、早期発見が難しい病気です。「あれ？ 何だかおかしい!？」と感じたら、下のようなことがないか、少し気を配ってみましょう。



## 日常生活の場面で

<input type="checkbox"/> 同じことを何度も聞く。	<input type="checkbox"/> 以前に比べて口数が減った。
<input type="checkbox"/> 大好きだった趣味を面倒がったり、楽しめなくなった。	<input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れがある。
<input type="checkbox"/> 同じものを買ってくる。	<input type="checkbox"/> お札ばかりで支払い、小銭が増える。
<input type="checkbox"/> 探し物が増える。	<input type="checkbox"/> 料理の品数が減ったり、以前の味付けと変わっている。
<input type="checkbox"/> 毎日違った献立を考えにくくなり、同じ献立が続く。	<input type="checkbox"/> 身だしなみを整えることに時間がかかるたり、気にしなくなったりする。

## 仕事などの社会的な場面で

<input type="checkbox"/> スケジュールを忘れる。	<input type="checkbox"/> 自分で判断することが苦手になる。
<input type="checkbox"/> 段取りが悪くなり、ミスが目立つ。	

## ■本人も気づいているかもしれません

何かおかしい、いつもと違うと感じているのは、本人も同じかもしれません。不安な気持ちがいっぱい、元気がなくなったり、逆にイライラすることもあるでしょう。

「自分たちがそばにいる」。そんな温かい気持ちや眼差しを伝えてください。

### 「本人の言葉」

- 自分の頭はおかしくないか…
- 頭がすっきりしない。

●一人で出かけるのが心配で、家の中にこもっています。

