

Q 何度も鍋を焦がしてしまう…

認知症の症状の一つとして、「実行機能障がい」があります。健康な人は、頭の中で手順を考え、計画を立てたうえで、状況を把握しながら実行できます。しかし、認知症になると、思考力や判断力が低下するため、同じ料理を作ったり、味付けがうまくできなくなることがあります。また、一度に2つのことを同時に考えることが困難になり、鍋に火をかけた事を忘れて、鍋を焦がしてしまうことがあります。

冷蔵庫の在庫を確認して買い物に出かけても、お店に着いたら冷蔵庫に何があったか忘れてしまうことがあります。そのため今までよく買っていた商品を何度も買ってきて、冷蔵庫に同じ物が貯まってしまうのです。



Q 必要なサポートとは？

周囲の人は、つい失敗やできないことに注目してしまい、これ以上失敗させないように、何もかもやってあげる支援をしてしまいがちです。

しかし「切る」「炒める」「盛り付ける」といった体で覚えている作業などは、見守りや手助けがあればできることもあります。

また、買い物の時は、何を買ってくるのかメモを書くなどの支援があると助かります。認知症の進行を遅らせるためにも、本人ができる力を活かしながら暮らせるようにサポートしていくことが大切です。



Q 身の周りのことに支障が起こり始めると…

認知症が進行すると、入浴、更衣、排泄など、基本的な生活動作に援助が必要になってきます。特に排泄の失敗は、本人にとっても非常にショックな出来事です。周囲の人がサポートすることで、本人のプライドを傷つけないようにすることが大切です。



Q トイレの場所が分からなくなってくると…

トイレの場所がわからなくなり、探しているうちに失禁してしまうことがあります。トイレに大きな文字で「便所」「お手洗い」などと書いた紙を貼って、場所がわかるようにするか、夜間のみ、ポータブルトイレを寝室に置いておいてもよいでしょう。



衣服の着脱に手間取ってしまう

ボタンやチャックなど細かい動作が必要な服は、脱いだり着たりするのに混乱しやすいため避けて、着なれた衣服を着用させましょう。

尿意や便意がわかりにくくなる

排泄のリズムをつかみ、定期的にトイレへ誘導しましょう。また、失禁パンツや尿取りパット、パンツ式おむつなどを上手に利用するとよいでしょう。

泌尿器の病気が潜んでいることもあります

高齢になると前立腺肥大や膀胱炎などの身体の病気が原因で、尿失禁になることがあります。気になることがあれば、かかりつけの医師に早めに相談することをお勧めします。

Q 「見当識障がい」とは？

認知症の代表的な症状の一つとして「見当識障がい」があります。時間や場所がわからなくなる障がいで、何度、説明をしても予定に合わせた行動ができなくなることがあります。さらに症状が進むと、季節や月日がわからなくなり、季節感のない服を着たり、今日は何日かと何回も尋ねたり、自分の年齢もわからなくなる時があります。

