

認知症

クリニックの入口の棚には「認知症をニンチと言わないで!」と記載された缶バッジがあります。深く考えないまま認知症を「ニンチ」と略して「ニンチが進んだ」と言う方がいるかもしれません。それは認知症への理解ではなく、偏見や差別を育んでしまう言葉なのかもしれません。



認知症を理解する

認知症の人は人との関りの変化や環境の変化についていけない病気です。

高齢社会において、認知症という言葉が普段の生活の中で見聞きする機会がふえていませんか?高齢者の交通事故や、行方不明の報道など「認知症だからではないか」という先入観で、マイナスなイメージを持ってしまうことは少なくありません。最近では、認知症の診断を受けているご本人が普段の生活で得た経験をテレビやラジオ、本、講演会などで伝えてくださる機会もあり、認知症に対する誤解や偏見に気づかされることもあります。

- もの忘れがある。
- 判断が衰えた。
- 時間や場所がわかりにくくなった。
- 怒ってくる。
- 何もすることがない。
- 怖い、うるさい。
- 不安が多い、元気がでない。

上記は、認知症のご相談の時に、よくお聞きする言葉の一部です。例えば、道がわからない時。大きな店で買いたい物の売り場がわからない時。トイレの場所がわからない時など、困っている時に、みなさんはどんな気持ちになり、どう声をかけてもらえると安心しますか。もの忘れを指摘されるとどんな気持ちになり、どう言葉をかけてもらうと嬉しいでしょうか。

認知症と災害

誰もが不安や戸惑いを感じる災害時の避難生活。認知症の人、障害児者やその家族の方々は、周囲の皆さんが理解して対応することで、少しでも安心できる状況になるかと思えます。災害時の認知症の人への接し方については、社会福祉法人東北福祉会 認知症介護研究・研修仙台センターが監修の「避難所での認知症の人の家族支援ガイド」を参照・引用し、下記の図を作成しました。「備えあれば憂いなし」ぜひ知っていただきたいです。

認知症の人への接し方

- 1 驚かせない
同じ目線で、前からゆっくりとが基本です。
- 2 急がせない
思うように言葉が出なくなります。ゆっくり聞いてください。
- 3 自尊心を傷つけない
一人の人生の先輩として接することで本人も落ち着きます。
- 4 介護者へも声かけを
介護者は自分のこともままならず、認知症の人と周囲の人に集中しています。協力して共同生活を考えていきましょう。

避難所で過ごせる条件

東日本大震災の時の教訓として避難所生活の条件に次のことがあげられました。

- 1位 周囲の方の理解があった
- 2位 なじみの人や家族が近くにいた
- 3位 介護者を支援する人がいた
- 4位 常に見守れる協力体制があった
- 5位 日課や役割等を作った

その他に、認知症の知識がある、飲み込みやすい食事、レクリエーションなどがあげられました。