

## 認知症の進行と対応

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。

右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態 ※個人差があります。



認知機能の段階	発症前	認知症の疑いがある、症状があっても日常生活は自立	日常生活はできるが見守りが必要	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要	
記憶面		もの忘れの自覚がでてる	直近のことを覚えられない 体験したことの内容を忘れる	いつどこで何をしたのかの出来事を忘れる	過去の記憶も失われていく	
見当識			時間や日にちが分からなくなる 自分の年齢が正確にわからなくなる	季節や年次が分からなくなる 場所が分からなくなる	親しい人や家族が認識できなくなる	
本人の様子		「あれ」「それ」など代名詞を多用する 何かヒントがあれば思い出せる	同じことを何回か聞く 物をしまったのを忘れる 約束を忘れる 外出の機会が減る イライラして怒りっぽくなる 孤独な気分、寂しい気分になる	物を盗られたと訴える 冷蔵庫に同じものばかり入っている 物事の関心が薄くなり、同じ事を何度も聞くことがなくなる 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる 慣れていない道で迷うことがある	季節に合った服装が選べなくなる 買い物や金銭管理ができなくなる 排泄の失敗が増える 入浴を忘れることがある 虫が見える・声が聞こえるなどの幻覚・幻聴があらわれる	常に介護が必要となる 寝たきりの状態になる 会話ができなくなる 食べることの理解ができなくなる 生活全般のケアが必要
本人へのアドバイス		家事など、家族内で役割を持ちましょう 閉じこもりにならないよう、趣味を持つなど日常生活を活発に過ごしましょう 地域の行事やボランティアなどの社会参加をし仲間をつくりましょう 認知症予防のための生活習慣を心がけましょう 初期段階に専門医を受診しましょう もの忘れ検診の案内が来たら、受診しましょう	大事なことや出来事をメモに書きとめましょう 時計やカレンダーを置いて、時間や日にちを分かりやすい工夫をしましょう 道に迷わないよう外出時は目印を決めましょう 生活リズムを整えましょう バランスのとれた食事をしましょう	昔の思い出にふれたり、なじみの歌を楽しみましょう 思い出の場所を散歩しましょう	できることもたくさん残っています。得意なこと、できることを生活に取り入れましょう	
家族へのアドバイス		様子がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう 本人の役割をつくりましょう 会う機会を増やしましょう	ゆっくり、短い言葉で一つずつ伝えましょう 認知症の疾患や介護について理解しましょう 近い親戚や本人の親しい人には病気のことを伝えましょう	説得や否定をせず、いったん気持ちを受け止め、できないことを無理強いないようにしましょう 徐々に介護負担が増えています。社会資源や介護サービスを有効に活用しましょう 今後の見通しを立てて、介護や金銭管理などについて考えておきましょう 火の不始末や行方不明など思いがけない事故の安全対策を考えましょう	言葉以外のサインを大切にしましょう 背中をさす、手を握るなどスキンシップを心がけましょう 本人の視点に立って、医療や看護の専門職と看取りに備えた相談をしておきましょう	介護を抱え込まず、適度にストレス発散を行い愚痴の言い合える仲間や社会資源を活用し介護に関して気軽に相談できる相手を見つけましょう
周囲の方へのアドバイス		認知症を理解し、正しい対応をしましょう 様子がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう 会う機会を増やしましょう	できないことを責めず、できる方法を一緒に考えましょう 笑顔で話しかけましょう ゆっくり、短い言葉でひとつずつ伝えましょう プライドを傷つけないようにしましょう			



認知機能の段階	発症前	認知症の疑いがある、症状があっても日常生活は自立	日常生活はできるが見守りが必要	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要
医療 受診する 療養する	～在宅療養手帳（医療と介護を繋ぐ手帳）～				
	認知症疾患医療センター	認知症治療病棟・精神科病棟			
相談する	もの忘れ相談・認知症初期集中支援チーム		訪問診療・訪問リハビリ・訪問看護		
	かかりつけ医・一般病院				
相談する	地域包括支援センター・ケアマネジャー・長岡京市高齢介護課				
	介護家族の会・認知症の人と家族の会・若年性認知症コールセンター・男性介護者講座				
くらしを支える	オレンジスペース		オレンジカフェ		認知症対応型デイ
	介護予防デイ・金曜教室		一般デイサービス・デイケア・小規模多機能		
手助け	サロン・老人福祉センター・あったかられあいセンター				
	配食サービス		訪問介護		
地域	ホームヘルプ				
	民生児童委員・認知症サポーター・認知症地域支援推進員		やすらぎ支援員		
緊急時支援・見守り	老人クラブ・介護予防教室				
権利を守る	緊急通報装置・おでかけあんしん見守り事業・GPS・警察・消防				
施設 泊まる 入所する	権利擁護事業		成年後見制度		
	有料老人ホーム・サービス付高齢者向け住宅				
	短期入所・老健施設		グループホーム・特養		