

認知症状の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「ケアのポイント」

※この表は認知症の半数を占めるアルツハイマー型認知症の場合を中心に、本人の症状の変化や知っておきたい情報などを記載しました。
 症状や進行には個人差があり、全ての方にあてはまるものではありませんが、今後の参考にしてください。

右に進むほど進行

症状の進行に応じて、家族の気持ちやケアのポイント・支援制度やサービスを下方方向に向かってみていきます

認知症状に 応じた変化	健康 ⇒	あれ？物忘れかな ⇒	そろそろ誰かの見守りが必要 ⇒	日常生活の手助けが必要 ⇒	常に手助けが必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> 忘れる事が多くなる 同じ事を繰り返し聞く 怒りっぽくなる 外出がおっくうになる <p>友人や地域とのつながりを大事にしよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> 小銭での支払いが苦手になる 探し物をする時間が増える 一人で調理を行う事が難しくなる 生活リズムが乱れる 	<ul style="list-style-type: none"> 薬を間違えて飲む たびたび道に迷う 季節に合った服が選べない 家電の操作が難しくなる 	<ul style="list-style-type: none"> トイレの場所がわからない 道に迷って帰ってこられない 日にちや季節がわからなくなる 洋服の着かたがわからない 	<ul style="list-style-type: none"> 自分で食事ができなくなる 会話での意思疎通が難しい 歩行や起き上がる事が困難になる
やって おくと 良い事	<ul style="list-style-type: none"> ◆外出や運動の機会をもち、バランスの良い食事を心がけよう ◆認知症チェックをやってみよう※1 	<ul style="list-style-type: none"> ◆まわりの人に相談しよう ◆一日の計画を立てて行動してみよう ◆元気なうちに家屋や財産の整理をしよう 	<ul style="list-style-type: none"> ◆一人でやるのが難しい事はまわりの人に手伝ってもらおう ◆家族とこれからの事を相談しよう ◆将来に備えて成年後見制度等の利用について検討しよう 		
家族の気持ち の変化	悩みを打ち明けられないで一人で悩んでしまいがち		本人の失敗が増え、介護疲れを感じる。休みたくなる		最期の過ごし方や看取りが心配
解決の ヒント	抱え込まずに相談をすることが大切です 家族の病気への理解が、症状の出方に大きく影響します		介護サービス等を利用し、自分のリラックスできる時間も大事にしましょう		元気なうちに本人の意向を確認しましょう エンディングノートの活用もおすすめです
心がまえ	認知症について学び、理解しよう	仲間を作って情報収集しよう	がんばりすぎないで！ まずは自分の健康を！		自分自身を褒めましょう
ケアの ポイント	気づき ~ 相談 ~ 進行予防対策	介護保険の申請等	日常的な支援、妄想、抑うつなどの精神症状への対応		さらなる介護方針の検討
	<ul style="list-style-type: none"> 地域包括支援センターやかかりつけ医へ相談してみましょう 認知症チェック（家族用）をやってみましょう※1 「やっておくとよい事」を参考に進行予防に努めましょう 	<ul style="list-style-type: none"> 介護保険の申請・専門医に受診しましょう 「急がせない」「驚かせない」「自尊心を傷つけない」を心がけ、本人の話をよく聞きましょう 	<ul style="list-style-type: none"> 介護保険サービスの利用 精神症状は認知症専門医に相談しましょう その人の「得意」を活かし、いかにその人らしい生活を送ってもらうかを考えましょう 		<ul style="list-style-type: none"> 介護サービスなどの利用を増やし、お互いにリラックスできる時間をもちましょう 施設での生活を希望する場合は、早めに施設の見学をしておきましょう
認知症の人や家族を支援する主な制度やサービス等※2	予防	地域での交流の場（老人クラブやサロンなど） シルバー人材センター 楽しく健康づくり教室 足腰弱らん教室			
	医療	かかりつけ医		もの忘れ外来・認知症疾患センターなどの専門医療機関	
	相談	民生委員 地域包括支援センター（認知症地域支援推進員）		認知症初期集中支援チーム 居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）	
	家族支援	認知症カフェ 家族介護教室		江南認知症家族会 見守りシール	
	介護			給食サービス 訪問型サービス 通所型サービス 福祉用具貸与 ショートステイなど	
	生活支援	みんなで見守りシート※3 緊急通報システム		救急医療情報キット 日常生活自立支援事業 成年後見制度	
	住まい	サービス付き高齢者住宅 有料老人ホーム		グループホーム（認知症対応型共同生活介護） 特別養護老人ホームなど	

※1 江南市ホームページ 認知症簡易チェックサイト ※2 「シルバーガイドブック」を参照 ※3 「備えよう、認知症による行方不明ガイドブック」を参照
 ※1、2、3については江南市役所高齢者生きがい課又は、地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。