

社協の介護講座 第3回

認知症の知識とその対応について ③

アルツハイマー病の特徴

脳の神経細胞が死んでいく病気

脳には1000億の神経細胞があり、神経伝達物質が神経細胞間に情報を運ぶという一大ネットワークをつくっています。では、神経細胞や神経伝達物質にならなかのトラブルが起これば、どうなるでしょう。ネットワークが崩壊して、脳の働きがダウンします。アルツハイマー病になると脳が萎縮します。そして神経細胞に問題が起これば、ネットワークがくずれていくのです。

血管性認知症

段階的に悪化する血管性認知症

血管障害による認知症は、脳出血や脳梗塞で、脳の血管が詰まったり、破れたりすることが原因で起きます。障害を受けた部分の脳の働きが悪くなりますから、記憶などに関係する部分が障害を受けると認知症になるわけです。脳梗塞などの発作をきっかけにして始まるものが多く、発作を繰り返すたびに症状が進みます。ですから、段階的に進行することが多いのが特徴です。気をつけていただきたいのが、本人に自覚できない小さな梗塞（無症候性脳梗塞）を脳の血管にいくつも起こして認知症になる場合もあることです。

こんなときには、どうしたら…

夜眠ってくれない

夜になると落ち着きがなくなると、家じゅうをウロウロしたり、なかなか眠ってくれません。

家族がしてしまいがちな対応

「いまは夜ですよ。布団に入ってください」「こんな時間にウロウロしたら、みんな眠れなくて困ってしまいますよ」と無理に寝かしつけようとする。

認知症の人の気持ち

- A 「昼寝をしたから眠れない」
B 「おなががすいて眠れない」

理由 夜になってもなかなか眠らないという理由には、さまざまなきっかけがあります。生活と、本人の様子をよく見て原因を探してみましょう。

A 運動量を増やす

昼寝をするなど日中の運動量が少なく、寝つけなかったり、眠りが浅くなります。いっしょに散歩したり、家事を手伝ってもらったり、デイサービスを利用したりして昼間の運動量を増やしましょう。ぐっすり眠ってもらうためには、眠る前に入浴させたり、足湯をするのも効果的です。落ち着かないときは、隣で家族がしばらく横になると安心して眠る場合もあります。

B 温めたミルクを飲んでもらう

認知症になると、満腹中枢が鈍くなる場合があります。ちゃんと食事をして、眠るころになると空腹感を感じて眠れないことがあります。おなががすいているようなら、胃腸の負担にならない消化のいいものを食べ、べつと落ち着きます。カステラや温めたミルクなどがおすすめです。



監修：国立長寿医療センター包括診療部長 遠藤 英俊氏 「新きほんBOOKS はじめての介護」(主婦の友社)より引用

認知症ドットコム 検索

社協の介護・介護予防サービス

地域密着型認知症対応型通所介護

認知症の方を対象に、入浴や食事の提供等、日常生活上の支援を専門的に行う日帰り介護です。

古川福寿館デイサービスセンター

所在地：大崎市古川大宮七丁目2番3号
電話：0229-21-3106
サービス提供日時：年中無休/8:30~17:15



福祉センター おおみや内

地域密着型認知症対応型共同生活介護

認知症の方が共同生活できる住居で、専門のスタッフが日常生活のお世話や機能訓練を行います。

認知症グループホーム 和楽路

所在地：大崎市鹿島台広長字尻掛杉ヶ崎7番11
電話：0229-57-1525
サービス提供日時：年中無休/24時間



サービスのご利用については、ケアマネジャー、サービス事業所へお気軽にご相談ください。

血管性認知症になったら

治療で意欲を向上

ほっとした状態が改善しないときは医師に相談してください。自発性を促す効果が期待できる薬を処方してもらえます。



活動的な生活

進行をくい止めるために、体を動かす機会を上手につくりましょう。デイサービスやデイケアを活用するのもいい方法です。



再発の防止

高血圧や糖尿病など生活習慣病があると、再発しやすくなります。食生活に気を配り、脳血管障害の再発を防ぎましょう。



十分な水分補給

脱水症状を避けるために、十分な水分補給が必要です。特に、寝る前にはコップ1杯の水を飲むよう心がけましょう。



脳のどこに障害を生じるかで症状も違ってきますが、働きが鈍くなるなどのパーキンソン症状がいつしよに出ることもあります。意欲の低下や、ふさぎ込むなど抑うつ的な傾向が出ることもあります。また、「まだら認知症」といわれるほど、認知機能の低下に差があることも大きな特徴です。つまり、あることも大きな特徴です。つまり、障害を受けている場所とそうでない場所があるため、記憶障害はひどくても、判断力は保たれているなど、機能低下にムラがあることが多いのです。その他の認知症の中には、症状を解消・改善できる認知症もあります。



はじめての介護 主婦の友 新きほんBOOKS はじめての介護 主婦の友社 定価 1,200円 (税込1,260円)