



なぜこうなってしまうのか

アルツハイマー病や認知症の人にみられる傾向

- 混乱する…主に午後や夕方時間帯で
- 恐怖感…自宅が午前中と同じようには見えない
- 昔良く訪れていた場所に行こうとする（職場、教会など）
- 騒音またはガヤガヤした場所から逃げようとする
- 退屈している— することがないため
- 新しい薬の副作用で

迷子になる

アルツハイマー病や認知症の人は自宅から一歩外に出ると迷子になることがあります。時には公共の場でふらふらとどこかへ行ってしまったり、あるいは散歩や買い物をしに出かけたものの、自宅への帰り道がわからなくなってしまったりすることがあります。自宅の住所や電話番号を覚えていない場合もあります。

迷子になると恐怖感をあおり、危険も伴います。

あなたにできること

不測の事態に備える

- その人のために MedicAlert® のブレスレットを購入する
- 本人の名前とあなたの電話番号を衣類に縫い付ける、または衣類に直接書く
- 鍵のかかっていないドア付近で一人にさせない
- 近所の人たちに見守り隊になってもらうよう依頼する：その人が一人で外にいたり、出かけたりするのを見かけたら教えてもらう
- 日中に運動をさせるようにする（散歩、音楽にあわせて踊る等）
- ハンドバッグ、コート、鍵、サングラスなど外出を連想させるようなものをしまう
- 外出しようと思わせないためにカーテンを閉める

家を安全な場所に

- ドア、ゲート、窓にチャイルドロックをかける
- 見えない位置または手の届かないような（高いもしくは低い）位置に鍵をとりつける
- 開いたことがわかるために、ドア、ゲート、窓に鈴をつける

安心させる

- 外出したい気持ちをそらすために食事や何か別のことをする
- 洗濯物をたたむ、夕食の準備など手伝いをお願いする
- 一緒に静かに座って音楽を聴いたりテレビを見たりする



ヘルプライン
844.HELP.ALZ
alzgl.org