



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

• さっき自分が言ったことや起こったことを思い出せない

• 緊張や恐怖感から同じ質問や話を繰り返す

• 要求や要望を言葉にできない

繰り返し

アルツハイマー病や認知症の人は、何度も同じ質問をしたり同じ話をしたりすることがよくあります。いろいろなすることもあります。危険は伴いません。このような行動はわざとやっているわけではなく脳の変化により引き起こされているのです。

あなたにできること なぜ?を考える

- 新しい場所だからなのか。初対面の人だからか。恐ろしいと感じるような場所なのか。
- 同じ質問をしたこと、またはそれに対して答えてもらったことを忘れていない
- あなたの注意をひきたい…あなたとのつながりを求めている
- 要求…空腹、心配事、あるいはトイレに行きたいなどあなたに何か伝えようとしているのかもしれない

行動を受け入れる

- 落ち着いて、気長に。その人の行動を変えることはできないので、あなたが変わる必要があります。
- 言い争ったり、間違いや誤りを正したりしない
- 深呼吸をし、病気だからこういう行動をするのだということ思い出す
- 同じ質問であってもいつも穏やかに答える
- 同じ話であってもいつも笑顔で聞く

思い出すきっかけを作る

- 同じ質問に対して手助けできるよう、時計や物の写真などを使う
- 本人がよく目をやる場所にメモや毎日のスケジュールを貼る
- 情報を書いたり消したりできるよう必要に応じて大きなホワイトボードを買う

手助けの方法

- 注意をそらすために、一緒に音楽を聴く、テレビを見る、散歩に連れて行く、あるいは好きなことさせる
- 相手を第一に考え、これは彼らのせいではないのだということを自分に言い聞かせる
- 病院の受診、入浴、外出など、緊張しそうなことは、ギリギリまで伝えない
- もし疲れていて、彼らの行動に対して反応してしまいそうな時は、その人が安全であることを確認してから、少し別の部屋に行ってリラックスする



ヘルプライン
844.HELP.ALZ
alzgla.org