



なぜこうになってしまうのか

アルツハイマー病や認知症の人にみられる傾向

• 身体機能のコントロールが衰える

• 利尿作用の高い薬を服用している

• 浴室やトイレを何のために使うものなのかを忘れる

• 助けを求めることを恥ずかしく思う

• トイレを見つけるのが間に合わない場合

• 服を脱ぐのが間に合わない場合

トイレの問題

アルツハイマー病や認知症の人は、トイレに行こうとして失敗することがあります。

あなたにできること

時間をかけ、ポジティブに

- 時間に余裕をもって気長に…焦らない
- 落ち着いて、優しい声で
- 指示は一つずつ。「こっちを歩きましょう。こっちに入りましょう」
- あなたまたは異性の前で排泄をすることが恥ずかしいのかを配慮する

シンプルに

- 着脱の簡単な服を探す、例えばゴムのズボンやボタンではなくベルクロに
- たくさん歩かなくてよいように、トイレから近いところに座らせる
- 必要なときに目につくように、トイレの電気をつけておく
- 見てすぐわかるように、明るい色の便座を使う
- 高めの便座とつかまり棒を設置する — 低い便座に座ると落ちるのではないかと怖がる人もいるから
- ゴミ箱など便器に見えるようなものは置かない

スケジュールを守る

- トイレに行く決まった時間を作る：起床時、食事前と後、就寝前
- 就寝前には飲み物を控える

失敗はつきもの

- 失敗をしても理解を示す
- 落ち着いて、もし本人が落ち込んでいたら安心させる
- 着替えやウェットティッシュなどを余分に用意しておく
- 失敗が急におきたり前より頻繁におきたりするようであれば、考えられる理由についてかかりつけ医に相談する。例えば、新しい薬や感染症が原因かもしれない。



ヘルプライン
844.HELP.ALZ
alzgl.org