

平成26年度認知症の人と共に暮らすまちづくり研修会

『認知症の理解』

～最後まで人となりを大切に生きていけるように～

みやざき なおと

今日のメニュー

1. 最近気になること、感じていること
2. 人が生きることを考える
3. グループホームで生きる人々から
4. まとめ

1. 最近気になること／感じている事

その他、最近気になること

- 自分の唾液で誤嚥する
 - 口から出て来る言葉と言いたい言葉が違う
「車のウォッシャー液をウォシュレットと言う」
 - 『ん～ん～』と知らないうちに言っている
 - 予定を忘れている
 - 朝起きたら足腰の節々が痛い
 - 筋肉痛が遅れる
 - 涙もろくなった
- などなど

なぜ、さわり・ふれるのか

- 失われていく世界とのつながり
- 失われていく自己
- 自分を探す旅

あらためて

2. 人が生きることを考える

『生活を支援するという考え方』

認知症とは？

厚生労働省のHP

- 認知症とは「生後いったん正常に発達した種々の精神機能が慢性的に減退・消失することで、日常生活・社会生活を営めない状態」をいいます。

WHO(世界保健機関)の定義

- いったん発達した知能が、様々な原因で持続的に低下した状態(年をとってもの忘れがひどくなり、生活に支障が出ること)。
- 認知症とは、通常、慢性あるいは進行性の脳の疾患によって生じ、記憶、思考、見当識、概念、理解、計算、学習、言語、判断など多数の高次脳機能の障害からなる症候群である。
- ごく普通に社会生活を送ってきた人が、主に老年期に慢性の脳機能障害に陥り、判断能力等が異常に低下して社会生活に支障をきたす「認知(知能)障害」です。

ウィキペディア

- 認知症(にんちしょう、[英](#): Dementia、[独](#): Demenz)は、後天的な[脳](#)の器質的障害により、いったん正常に発達した[知能](#)が低下した状態をいう。これに比し、先天的に脳の器質的障害があり、運動の障害や知能発達面での障害などが現れる状態は[知的障害](#)、先天的に[認知](#)の障害がある場合は[認知障害](#)という。[犬](#)や[猫](#)などヒト以外でも発症する。

認知症とは(介護保険法上の定義)

(認知症に関する調査研究の推進等)

- **第五条の二** 国及び地方公共団体は、被保険者に対して 認知症(脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく脳の器質的な変化により日常生活に支障が生じる程度にまで記憶機能及びその他の認知機能が低下した状態をいう。以下同じ。)に係る適切な保健医療サービス及び福祉サービスを提供するため、認知症の予防、診断及び治療並びに認知症である者の心身の特性に応じた介護方法に関する調査研究の推進並びにその成果の活用に努めるとともに、認知症である者の支援に係る人材の確保及び資質の向上を図るために必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

認知症とは(介護保険法上からの抜粋)

- 脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく
- 脳の器質的な変化により
- 日常生活に支障が生じる程度にまで
- 記憶機能及びその他の認知機能が
- 低下した状態をいう。

では、認知症を分解してみましよう！

認知症を分解して理解する

分解 その1

原因となる疾患(病気)があります。

(原因疾患70~100)

三大認知症のそれぞれの特徴 <small>(小阪憲司著「知っていますか？レビー小体型認知症」より)</small>			
	アルツハイマー型 認知症(50%)	レビー小体型 認知症(20%)	脳血管性 認知症(15%)
男女比	女性に多い	男性に多い	男性に多い
初期の症状	もの忘れ	幻視、妄想、うつ	もの忘れ
特徴的な症状	認知障害 物盗られ妄想、徘徊 まとまりのない話 意味のない作業	パーキンソン症状 幻視、認知の変動 睡眠時の異常行動 認知障害	認知障害 手足のしびれ、麻痺 せん妄 感情の制御困難
経過	ゆるやかに進行する	ゆるやかに進行する (経過が早い場合あり)	段階的に進行する
脳の変化	海馬の萎縮がみられる	海馬の萎縮が少ない	梗塞などがみられる

分解 その2

器(脳)の質が変化します。

器(脳)の性質が変わります。

脳細胞が壊れて行きます。

脳の働きが悪くなります。

分解 その3

知的能力が衰え(衰退)てきます。

記憶が衰えてきます。
見当識(時間・場所・人)が衰えてきます。
実行機能が衰えてきます。

具体的な知的能力の衰え

思い出せなくなる・覚えられなくなる
時間や場所がわからなくなる
物の名前がわからなくなる
生活行為ができなくなる
(着替え・料理・トイレの始末等)
字が書けなくなる
判断ができなくなる
計算ができなくなる
同時に複数の事ができなくなる

分解 その4

生活が難しくなってゆきます。

生活に障害をきたすようになります。

生活する上で困って行くこと

- 料理等の手順を忘れていきます。
- 家に帰れなくなる等、場所や時間、人がわからなくなっていくます。
- 服の着方やご飯の食べ方等の実行方法がわからなくなっていくます。

認知症とは(介護保険法上からの抜粋)

- 脳血管疾患、アルツハイマー病その他の要因に基づく
- 脳の器質的な変化により
- 日常生活に支障が生じる程度にまで
- 記憶機能及びその他の認知機能が
- 低下した状態をいう。

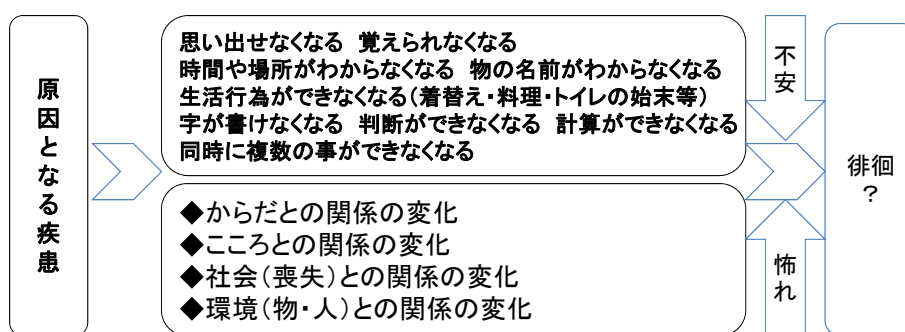
例えば、なぜ『徘徊?』が起きるのか?

認知症の状態にある人に何が起っているのでしょうか?

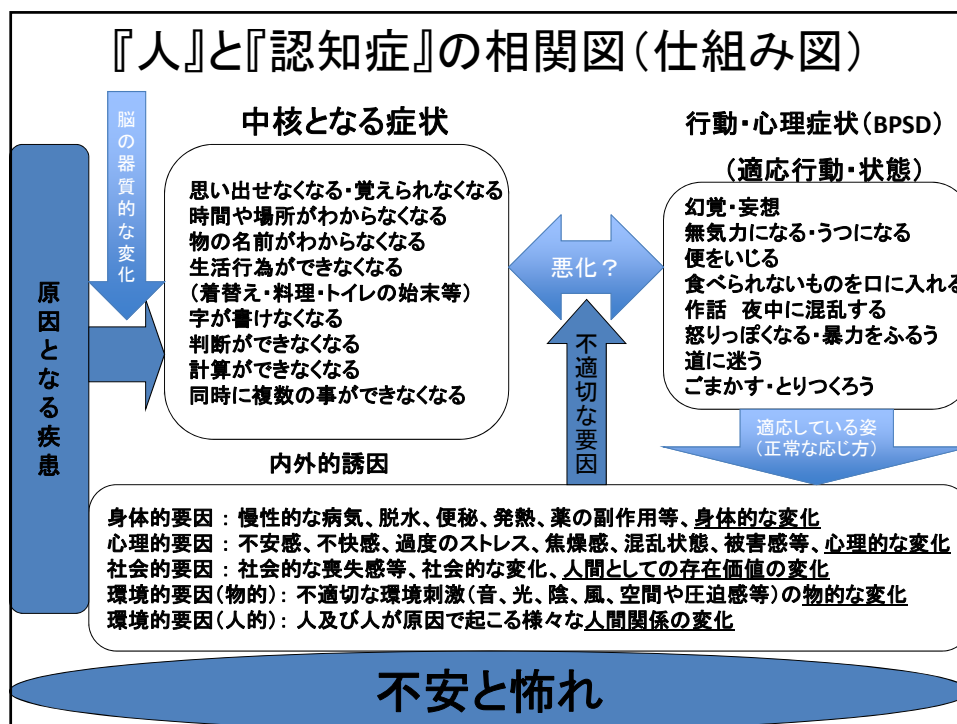
皆さん！今トイレに行きたいと思って下さい。

では、皆さんでトイレの方向を指差して下さい！

認知症の状態にある方々に起っていることは？



トイレはどこ？ ここはどこ？ どこに行けばいいの？ えっ？どうしたらいいの？
誰かに聞こう！ 言葉が出ない！ どうしよう！あの人是谁？ 知らない人ばかり！
知っている人は？ ここにいたくない！ ここにいてはいけない！ いてもたってもいられない！ 嫌な音がする！ 疲れる！ 安心する場所を探そう！ 確かなものを探そう！
自分を探そう！ 私は誰になってゆくのか？ 自分を守ろう！



3つの『認知症ケア』

支援のポイント①

すでに起ってしまったことへの対応が主
～問題行動⇒周辺症状⇒BPSD⇒適応行動への支援～

幻覚・妄想
無気力になる・うつになる
便を拭う
食べられないものを口に入れる
作話・ごまかす・とりつくろう
道に迷う・ウロウロ歩き回る
夜中に混乱する・怒りっぽくなる・暴力をふるう

支援のポイント②

BPSD／適応行動・状態の原因を探る
～身の回りで起こる変化や出来事や環境への支援～

- ◆直接的な身体的な変化や出来事(身体的要因への支援)
老化、慢性的な病気、脱水、便秘、発熱、薬の副作用等への支援
- ◆心理的な変化や出来事(心理的要因への支援)
不安感、不快感、過度のストレス、焦燥感、混乱状態、被害感等への支援
- ◆人間としての存在価値の変化や出来事(社会的要因への支援)
社会的な喪失感への支援
世間の中での自分の存在の変化への支援
社会との変化への支援
- ◆物質的な変化や出来事(物的環境的要因への支援)
不適切な物的な環境刺激(音、光、陰、風、空間の広がりや圧迫感)
に配慮する
生活環境の急激な変化を避ける
- ◆人間関係の変化や出来事(人的環境的要因への支援)
人及び人が原因で起こる様々な人間関係の変化への支援

生活の支援のポイント③

『生活を営み中核となる症状への支援を充実させる』
～中核症状(知的能力の衰退)への支援～

- ・思い出せなくなる、覚えられなくなることへの支援
- ・時間や場所がわからなくなることへの支援
- ・人や物の名前がわからなくなることへの支援
- ・生活行為ができなくなることへの支援
(着替え・料理・トイレの始末等)
- ・字が書けなくなることへの支援
- ・判断ができなくなることへの支援
- ・計算ができなくなることへの支援
- ・同時に複数の事ができなくなることへの支援

3. グループホームで生きる人々

- ①人となり
- ②ユーモア
- ③予測を立てる
- ④寄り添わないから見守れる
- ⑤生活の支援の実際

介護保険法 第一章 総則

(目的)

- **第一条** この法律は、加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、必要な保健医療サービス及び福祉サービスに係る給付を行うため、国民の共同連帯の理念に基づき介護保険制度を設け、その行う保険給付等に関して必要な事項を定め、もって国民の保健医療の向上及び福祉の増進を図ることを目的とする。

介護保険法に基づく各事業の共通項

介護保険法(目的)抜粋

『その有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるように』

①『人となり』

メッセージ

人を知る、人となりを知る

『人となり』とは

- 人柄、その人に備わっている性質とは品位とか、その人の持つ内面の全てのことをいいます。
- そんな捉え方が最も大切であると、実践を通して、強く確信を持つようになりました。

人となりを見極める道具を 皆さんにご紹介します！

資料 『生活健康スケール』

『人となり』を見極める20項目

- 周囲の人への気配りがある
- 聞こうとする態度がある
- 身だしなみに気をつかう
- 自分の居場所をみつけることがうまい
- 人にものが頼める
- 自分の意志を示せる
- 人をなごませる雰囲気がある
- 周囲の人と遊びができる
- 外出を楽しめる
- 人の使いわけがうまい
- 思い出話がうまい
- 人をほめるのがうまい
- 礼節・道徳への関心がある
- 手伝おうとする
- 表情が豊かである
- 生きいきした目をしている
- 待ってられる
- 人をひきつける雰囲気がある
- 好奇心がある
- 楽しみにしていることがある

『人となり』の共有

『人となり』をどのように見出せるのかということ
を解れば、『認知症』に右往左往することなく、差
別感情に左右されず敬意あるまたは尊厳ある態
度と対話もできやすくなる。

ライブ中島紀恵子と教え子たち「老年看護の縦横な語り」
中島紀恵子、北川公子 クオリティケア より

②『ユーモア』

メッセージ
遊び心

- ・77歳 男性
- ・要介護 2
- ・平成24年頃
レビー小体型認知症発病
- ・主な症状
パーキンソン症状 幻視・幻覚

互いに必要とする
関係を
作ることが出来た

ユーモアと洞察に関する技法

- 彼らは、その存在自体ユーモアそのものの存在だったりする。
- 彼らはおかしみを品よくさらけ出せる人
- そのことで私たちは幸せ感を味合わせてもらうことが多い。
- 得も言われぬ知力であり、時に哲学者と思わせ、時に言葉の連想から繰り出される言葉のおかしみは、とんちんかんなのに、嘘はない。
- その真実さが周囲へのビタミンになるときがある。
- 私たちにも、自分の欠点を笑ってみせるユーモア精神がないといけない。それは読解力もにぶり、洞察の喚起力もにぶってくる。

③『予測をたてる』

メッセージ

予感

「排泄の場面」の例

- 夜間、オムツ交換の時間となったので、Aさんのオムツを取り替えようと訪室し声をかけたが起きない。Aさんのオムツに手を入れ確認したところ尿で汚れていた為、そのままオムツの交換を始めた。すると突然Aさんが目覚め、大声を出し、スタッフの髪を引っ張ったり、顔を殴るなどの暴力を振るい抵抗した。

なぜ？

- なぜ、突然Aさんは大声を出し、スタッフの髪を引っ張ったり、顔を殴るなどの暴力を振るって抵抗したのでしょうか？

その後の男性スタッフの対応は？

反応(リアクション)の姿

- あまりにも突然の出来事に思わず反応してしまい、Aさんの胸などを殴ってしまった。

応答(レスポンス)の姿

- その状況を事前にアセスメントできていたか？
- 業務をこなす事(オムツ交換)に重点が置かれてはいなかったか？
- Aさんが目覚めた時の反応を当たり前予測できていたか？

予測を立てて考え、行動する力を養う

④『寄り添わないから見守る』

メッセージ

よく見(看)ることの実践力を磨く(見守りと見極め)

例えば

- 車椅子から椅子へ移乗する時
- ベッドに横になる時
- 立ち上がる時など

体の動かし方の組み立てが難しいときは

無意識の領域に働きかけ 自ら動きたくなるような 声掛け・関わり

移乗する時は

- 椅子同士を側に置くと、どう動いたらいいの
か解らなくなり、動きが止まることがある。



- 椅子同士を少し離し、目的の場所を視覚で確
認できる位置に置き、テーブルつたいに歩く
動作を入れることでスムーズに移乗できるよ
うになった。

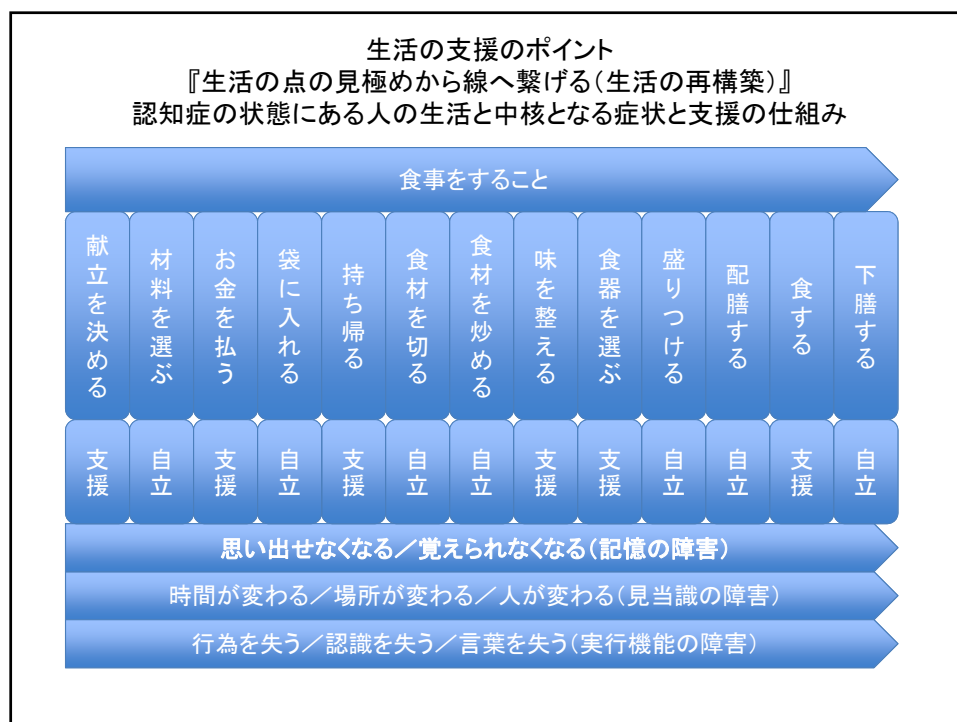
よく『見(看)る』ことは不必要な手出しをしないための支援

- ケアをしっかり企画できるまでは、ちゃんと見なくてはいけない。
- 支援は意図することができて支援になる。
- 意図することが決まれば支援のあり方をどうしていくか考える。
- 見るというのは大事な支援である。
- ただ見るのではなく、何を見るか、それを企画する目が見守りの支援という。
- 見て、読解して、環境のチェックをして。
- それなしのコミュニケーションなら、おしゃべり。ただ優しくぺちやくちゃしゃべったり、そういうのは余分なお世話。
- 意味のある支援にしたいとアクセルをふんだ時に、支援は科学的になるし、共振、共鳴モードにもなりやすい。

- 認知症の状態にある人の悲しいところは何をするんでも「へま」をいっぱいすること。
- 私たちは「へま」の中にでもできていることがちゃんとある。
- そのことを評価してあげられる仕事です。
- ちゃんと見(看)ることができて残存能力の評価です。

⑤『生活の支援の実際』

生活支援のポイント



私たちの仕事は
生活をベースに支援するということです

それには

『認知症』と『人』と

向き合う⇒見極める⇒繋げる⇒広げる

まとめ

認知症の状態にある人へ 生活を支援するということは

- ①認知症としっかり向き合うこと＝生活の中で起る認知症を知る
- ②人としての姿(全体像)を見極めること＝人を知る、人となりを知る
- ③知り得た『人となり』を生かし、日常生活上の行為等を見極め、不自由な生活の部分繋げること＝生活の再編・再構築
- ④もっと広い意味での生活環境へと繋げてゆくこと＝地域社会との繋がり

『認知症』と『人』をよりよく支援するための 5つの尊厳と3つの原則



『生きること支援が私たちの仕事です』

アウル

文献より参考／引用

- ◆『老年看護の縦横な語り』 ライブ中島紀恵子と教え子たち
中島紀恵子・北川公子(編)
- ◆特集 手づくりのデイサービス
痴呆性老人のデイケアにおける
「生活健康スケール」作成の試み 中島紀恵子
(生きいきジャーナル 第4巻 第3号 1994.8.10発行)

ご清聴を感謝いたします ありがとうございました

- ご質問などがございましたら、下記へご連絡下さい。

〒052-0014

北海道伊達市舟岡町337-1

グループホーム アウル

Tel 0142-21-1680

Fax 0142-21-1682

〒059-0026

北海道登別市若山町3丁目8番地45

グループホーム アウル登別館

Tel 0143-88-3335

Fax 0143-88-3336

〒052-0014

北海道伊達市舟岡町340-14

デイサービスセンター アウル

Tel 0142-21-1150

Fax 0142-21-1160

総合施設長 宮崎直人

メールアドレス: owl0907@aioros.ocn.ne.jp

ホームページ: <http://www.gh-owl.com/>