

## (2) 認知症の方との接し方 10ヶ条

少しずつ進行する認知症の症状に合わせて、介護する側も認知症への理解を深め、「接し方10ヶ条」を基本に、認知症の人の心理や行動を少しずつ受け入れていきましょう。

### 1 ゆっくり 1つずつ簡潔に

穏やかにゆっくり話すように心掛けると共に、1つずつ簡潔に伝えるようにしましょう。

### 2 余裕を持って 穏やかな気持ちで対応

雰囲気や敏感に察知しています。介護者のいら立ちは本人に伝わることを理解しておきましょう。

### 3 思い出させない、 間違いを正さない

無理に思い出させようとせず、言い分をよく聞いて、話を合わせます。

### 4 がんばり過ぎない、 抱え込まない

悩みは家族だけで抱え込まないこと。また、介護者の健康管理もしっかりしておきましょう。

### 5 本人の視界に入った ところで声をかける

突然声をかけられるとびっくりします。視界に入ったところで目を見て話すようにします。

### 6 信頼関係を大切にする

介護に信頼関係は不可欠です。いつも味方、という態度できちんと接しましょう。

### 7 しかったり、 命令しない

介護者が感情的な物言いをしたり、命令口調だと症状を助長しかねません。

### 8 自尊心を大切に、 敬意を払う

症状が進んでも恥ずかしい、つらい思いはあります。プライドを傷付けないようにします。

### 9 受け入れて共感する

無理のない範囲で受け入れることで、双方のイライラや不安が抑えられます。

### 10 行動パターンを観察し、 早めにフォロー

一日の生活パターンを観察し、転倒や火災といった事故防止策、排泄などの対策を立てます。