

HOME > コラム > コラム

コラム

認知症全般知識に役立つコラム

認知症学会専門医 占部 新治先生による、「認知症全般知識に役立つコラム」です。第1～第4 金曜更新!

第2章 対応の話 第1節 認知低下、どう対処したらよいかの秘訣
1項・物忘れ、話し方、興奮・怒りへの対応

物忘れの場合、同じ目線になることで不安を軽減させる

第一は、「相手の言うことを聞いてあげる」です。静かでじっくりと話が聞ける環境を用意して時間をとってしっかり聞いてあげることで、腰掛で聞いているのではない、真剣に聴いていますと言う姿勢が大切です。その姿勢が表情や言葉に表れますので、患者様は安心を覚え不安は軽減されて落ち着かれます。

方向としましては“安心させる、不安を軽減する”です。

そのためには、気持ちを同じにして（同じ目線）、一緒に行動してあげる（一緒に探したり、聞いて回ってあげる）、時々一休みを持ちかける（一服しませんか?等）、食べながらお話を聞いてあげる（気分転換を行う）。

話し方はゆっくりと言葉数を少なく単文で

認知症の方は、高齢でもあり聴覚機能の低下も見ていることが多く、やや大きな声に大きな身振り手振りを交えて、ゆっくり話し掛けます。認知症の方への言葉での対応については、その場の様子や相手の感情の状態で、臨機応変に対応を変える技が必要です。いくつかのよ

くある症状とその対応について上げていきます。

基本的には、話すことが“分かり易い”が大事なことになります。そのためには、ゆっくりとしたスピードで、言葉数を少なく単文で話します。と言いますのは、言語機能低下や情報処理速度が遅くなっておられるため、ゆっくりした入力速度で話すとは十分に対処できるようになって、理解できるようになるからです。大きな声も大切ですが、それよりも脳機能の速度に合わせた速さで“ゆっくり話す”ことが分かってもらうには重要です。

方向としましては“ゆっくり話す”です。

そして、相手の言う事への確認も含めて“相手の言葉を繰り返してあげる”ことで、理解してもらって通じていると言う安心感が持てるからです。また、相手の気持ちを推察して「こうですか？」と代弁してあげることも良いことです。

興奮・怒りは治めようとせず、理解しようとする姿勢を

これは、何をどういう理由で感情的になっておられるのかを探り、理解することから始まります。そのためには、話していただく雰囲気を作る必要があります。

まずは接近の方法として、治めようと向かうのは、敵対と受け取られることが多いようです。どうしたの？と理解したいという気持ちでの接触が良いようです。

そうして、話し相手としての受け入れがなされると、理由についてもお話しして頂けますので、じっくり耳を傾けてお聞きしましょう。話を聴いてもらっていると感じられると味方と思われて、多くの事を話していただけます。本人は話しているだけで、味方を得たと思われ感情的に穏やかになってこられます。お聞きした情報から本人の気持ちを理解でき、その理由も分かりますので次への対応策を講じることができるようになり、要らぬ刺激をすることが減ります。

興奮や怒りの場面に遭遇したら、先ずは大きくうなづくジェスチャーをしながら、共感と一緒に気持ちを共有して、決して正論や論理的話で抑え込まないようにしましょう。

方向としましては“話を聴いて、味方になる”です。