

甲斐市

認知症ケアパス

～ 知ってあんしん認知症 ～



ケアパス
とは

「認知症かな？」

「認知症とはどんな病気？」

「認知症と診断されたがどうしたら？」

「認知症の相談先は？受診は？」

と思ったとき、認知症の人やその家族を中心に地域生活を送るための工夫や対応方法を簡単にしめたものです。

1 もっと認知症を知ろう

認知症は脳の病気です

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きに不具合が生じ記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、老化によるもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。

どんな症状が起こるのでしょうか

脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状を「中核症状」といいます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって妄想や幻覚などの症状が出ることもあり、これを「行動・心理症状」といいます。

中核症状

記憶障害

新しい体験の記憶や、知っているはずの記憶の呼び覚ましが苦手になります。



見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などがわからなくなります。



実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することができなくなります。



理解・判断力の障害

2つ以上のことが重なると上手く処理できなくなったり、いつもと違う些細な変化に対応するのが苦手になります。



「中核症状」に、不安やあせり、心身の不調、周囲の適切でない対応などが影響

行動・心理症状

行動・心理症状は、適切な治療や周囲のサポートによって、認知症の人が感じている精神的なストレスや不安などを取り除くと、症状の緩和・改善が期待できます。

- 妄想 ●幻覚 ●攻撃的な言動 ●徘徊^{はいかい} ●無気力
- 便をいじるなど排せつの混乱 ●過食など食行動の混乱 など

② 家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす



日常の暮らしの中で
認知症ではないかと思われる言動を
「家族の会」の会員の経験から
まとめたものです。

いつか
思いあたることがあれば
一応専門家に相談してみると
良いでしょう

認知症の始まりによく見られる症状

① もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う、問う、する
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探してる
- 財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う

② 判断力・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の理解ができなくなった

③ 時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

④ 人柄が変わる

- ささいなことで、怒りっぽくなった
- 周囲への気遣いがなくなり、頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

⑤ 不安感が強い

- 一人になると怖がったり寂しがったりする
- 外出時に持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

⑥ 意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり嫌がる

3 早期発見・早期対応の重要性

認知症に早く気づくことが大切なわけ

1 治る病気や一時的な症状の場合があります

脳の病気で外科的な処置でよくなる場合や、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあり、正しく調整することで回復する場合があります。

2 進行を遅らせることが可能な場合があります

アルツハイマー型認知症では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると自立した生活を長くすることができます。

3 今後の生活の準備をすることができます

早期の診断を受け、症状が軽いうちにご本人やご家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えができ、自分らしい生き方をまっとうすることができます。

受診のポイント お薬手帳と保険証を忘れずに!



受診時にあらかじめ次のことをまとめておくと便利です。

ぜひご利用ください。※できるだけ本人の状況がわかる方が付き添いましょう。

気になる症状はいつごろから、どのようなことで気づきましたか?	例)3ヶ月くらい前から何度も同じことを言うようになった		
今困っていること	例)薬の飲み忘れ、火の始末		
これまでにかかった病気	病名	いつごろ	病院名
現在治療中の病気	飲んでいる薬		
かかりつけ医	※お薬手帳で代用可		
受診時に一緒に来た方	氏名	関係	連絡先
自由記載欄	※受診時に相談したいことなど		

4 甲斐市認知症ケアパス

認知症の程度	境界状態～軽度認知症	中程度認知症	重度認知症
<p>物忘れが出てきます。買い物や事務作業、お金の管理は、少し心配ですが、一人でできます。</p> <p>一人で何かすることに不安があります。着替えやトイレは声かけや誘導があればできます。</p> <p>自分の要求を上手に表現できなかったり、生活しにくい場面が多くなります。(食事、入浴、トイレ等)</p>	<p>生活上のポイント</p> <p>家庭内での役割を持ち、継続できるようにしましょう。趣味や他者との交流を楽しめるように働きかけましょう。</p>	<p>生活上のポイント</p> <p>家族が中心となり健康管理を行いましょう。介護の負担が増えてくる場合は介護保険サービスを上手に活用しましょう。</p>	<p>生活上のポイント</p> <p>生活の全般に介護が必要になります。介護保険サービスを活用し、生活を支えていきましょう。</p>
<p>心配なこと 気になること</p>	<p>もの忘れが出てきて心配。定期的に認知症の状態を確認したり体調管理をしてもらいたい。</p>	<p>もの忘れ外来・かかりつけ医・認知症疾患センターなど 定期的に通院し、健康管理を行いましょう。</p>	<p>医師による往診、居宅療養管理指導 ご利用を希望する場合は、かかりつけ医やケアマネジャーにご相談ください。</p>
<p>地域包括支援センター</p> <p>もの忘れについて相談に応じます。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>	<p>認知症初期集中支援チーム</p> <p>認知症の人に対し、専門職が、集中的に支援します。</p>	<p>山梨県認知症コールセンター 055-254-7711</p>	<p>若年性認知症相談支援センター(日下部記念病院内) 0553-22-2212</p>
<p>できるだけ元気な体で過ごしたいけど、何かいい方法はありませんか?</p>	<p>いきいきサロン</p> <p>参加して地域の方と楽しく過ごしましょう。</p> <p>【問い合わせ】甲斐市社会福祉協議会 055-277-1122</p>	<p>介護予防教室</p> <p>参加して体力づくりをしましょう。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>	<p>ひとり暮らしや高齢者のみ世帯等を対象とした在宅福祉サービスを受けられる場合があります。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 長寿あんしん係 055-278-1693</p>
<p>趣味や地域の活動を続けたい。参加できる場所を探したい。</p>	<p>趣味・地域活動</p> <p>趣味や地域活動を無理せずに行きましょう。お友達づくりにも役立ててください。</p> <p>【問い合わせ】サークル活動・生涯学習文化課 055-278-1697 又は、各公民館へお問い合わせください。老人クラブ:甲斐市社会福祉協議会 055-277-1122</p>		
<p>家で生活が続けられるか心配。食事の準備や掃除を手伝ってくれるサービスはありますか?</p>	<p>総合事業</p> <p>チェックリストを実施し対象になった人に対し、食事・洗濯・掃除など生活上のお手伝いをしてくれます。できる家事と一緒に取り組みましょう。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>	<p>介護保険外ヘルパー</p> <p>掃除や洗濯など家事に関するお手伝い(生活援助)のほか、食事・入浴・排泄などの身体介護があります。料金形態は事業所ごとに異なります。詳しくは、介護予防推進係や担当のケアマネジャーへ相談しましょう。</p>	
<p>家族と一緒に出掛けたい。</p>	<p>認知症カフェ</p> <p>認知症の方やその家族、認知症に興味のある方が、お茶を飲みながら気軽にお話する場所です。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>		<p>施設サービス</p> <p>グループホーム</p> <p>認知症の人が共同生活し、食事や入浴、機能訓練が受けられます。</p> <p>介護老人保健施設</p> <p>状態が安定している人が在宅復帰できるようにリハビリや介護が受けられます。</p> <p>介護老人福祉施設</p> <p>常時介護が必要で、ご自宅での介護が困難な人が入所しますし、日常生活上の支援・介護が受けられます。</p>
<p>介護に関する悩みや苦勞を介護者同士で話したい。</p>	<p>在宅介護者のお茶のみカフェ</p> <p>介護の悩みを語り合いながら介護者同士が交流する会です。</p> <p>【問い合わせ】甲斐市社会福祉協議会 055-277-1122</p>	<p>認知症の人と家族の会</p> <p>【問い合わせ】山梨県支部 0120-294-456</p> <p>オリーブの会(甲斐市・甲府市・中央市・昭和町)</p>	
<p>介護が大変になってきたら、どんな介護サービスが使えますか?</p>	<p>介護保険サービスの利用につきましては、長寿推進課介護予防推進係、担当ケアマネジャーへ相談しましょう。</p> <p>在宅サービス</p> <ul style="list-style-type: none"> 訪問介護: 身体介護と家事援助の支援が受けられます 通所介護: 日帰りで食事や入浴等の生活上の支援や機能訓練が受けられます 通所リハ: 日帰りで食事や入浴等の生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリが受けられます ショートステイ: 施設に短期間入所して日常生活上の支援や機能訓練が受けられます 訪問看護: 看護師等が自宅に訪問して療養上の世話や診療の補助が受けられます 福祉用具貸与・購入住宅改修費支給: 自立した生活を目指すために福祉用具のレンタルや購入費の支給、住宅改修費を支給します 		
<p>ひとり歩きをして、自宅に帰れなくなったらどうしたらいいでしょうか?</p>	<p>見守り</p> <p>家族・友人・近所・地域の見守り衣類等に名前や住所を記載するなど工夫しましょう。</p>	<p>おかえりマーク・ヘルプカードを活用しましょう</p>	<p>認知症高齢者等見守りネットワーク</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>
<p>今後、お金や財産の管理ができるか心配です。</p>	<p>日常生活自立支援事業</p> <p>ご相談いただき、対象になる方には、サービスの利用手続きや支払い、日常のお金の出し入れ等をお手伝いします。</p> <p>【問い合わせ】甲斐市社会福祉協議会 055-277-1122</p>	<p>成年後見制度</p>	<p>権利や財産を守り、安心した生活が送れるようにお手伝いします。</p> <p>【問い合わせ】長寿推進課 介護予防推進係 055-278-1689</p>

5 認知症の人と接するとき 気を付けたいこと まずは「認知症」について 正しい知識をもちましょう

1 プライドは失っていません

子どものように叱ったり、とんちんかんな言葉に対して頭ごなしに否定しないでください。認知症状があっても自尊心や羞恥心は失われているわけではありません。

2 ゆっくり、穏やかに、 わかりやすい言葉で簡潔に話そう

一度にたくさん話をされることは苦手です。ゆっくり、穏やかに、わかりやすい言葉で簡潔に話をしてくれると安心します。

3 暮らしの場面の “わかる” “できる”を増やし、 ストレスを少なく

見当識の低下(いつ・どこかがわからなくなる)など、わからないことが多くなります。トイレの場所や馴染みの場所を整え、暮らしの場面の“わかる”“できる”を増やし、ストレスを少なくするようにしましょう。

4 必ず本人なりの理由や背景が ある、本人を理解しよう

本人の言動には必ず本人なりの理由や背景があります。逆らったり、鎮めようとばかりするのではなく、本人を理解するよう努力しましょう。

5 みんなで認知症の人を支えよう

認知症の人は、自分でおかしいなと感じ、誰よりも苦しんだり、悩んだり、悲しんだりしています。周囲の人が認知症の人の不安な気持ちを感じ取り、何に困っているかを考えて、手助けすることが必要です。

6 早期発見・適切な治療の開始と継続

認知症かな?と思ったら受診をしましょう。

- かかりつけ医
- もの忘れ相談医
- 認知症の専門外来
- 認知症疾患センター

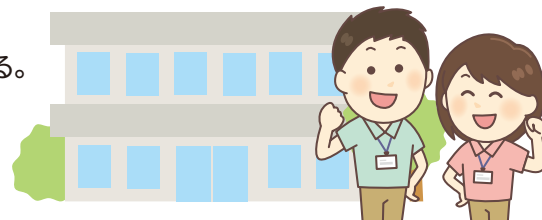
認知症の受診に悩んだときは
地域包括支援センターにご相談ください。



「地域包括支援センター」に相談してみよう!

こんな不安や心配事があったらぜひご相談ください

- ・どこに受診したらよいかわからない。
- ・受診に連れて行きたいが本人が拒んでいる。
- ・介護申請するにはどうしたらよいか。
- ・活用できる介護サービスを知りたい。
- ・認知症の方との接し方を学びたい。
- ・介護者同士で交流したい。
- ・お年寄りの顔にアザが・虐待では?
- ・通帳をよくなくす。誰かに管理してもらえないか?



地域包括支援センター
☎:055-278-1689

総合相談

高齢者の方が抱える介護や介護予防、生活上の悩みについてどのような支援が必要かを把握し、適切なサービス関係機関や制度につなげる支援をします。

- ・長寿推進課 介護予防推進係(地域包括支援センター)
甲斐市役所 新館15番窓口 …… ☎:055-278-1689
- ・敷島支所 市民地域課福祉健康係 …… ☎:055-277-3112
- ・双葉支所 市民地域課福祉健康係 …… ☎:0551-20-3650

24時間 電話相談 窓口

地域の出先相談窓口として、市内4ヶ所の在宅介護支援センターに委託しています。

- ・竜王地区 甲斐市社協在宅介護支援センター ☎:080-6736-2580
めぐみ荘在宅介護支援センター… ☎:055-278-0881
- ・敷島地区 在宅介護支援センター敷島荘 …… ☎:055-277-8818
- ・双葉地区 双葉在宅介護支援センター …… ☎:0551-28-5545