

認知症ケア 好事例の紹介



平成27年度 職能別交流集会看護師職能Ⅰの分科会で

「認知症の患者さんの対応でこんなことうまくいったよ。

どうしてその事例は上手くいったのかな？」をテーマにワールドカフェを行いました。実際のグループワークで話された**みなさんの施設での好事例**をいくつかご紹介します。

好事例

1. なるべく入院前の生活に近づけるように、環境設定することで混乱が防げます

環境の変化があると適応できず混乱を招く。新しい環境に慣れるのに時間がかかると同時に環境に慣れるまでは、状況を正しく認識できずにおかしな言動が現れます。

- ◆ 「心地良い」「安心」と感じる日常生活が提供できるように援助することが必要です
- ◆ 入院前の生活状況を細かく情報収集しましょう
- ◆ 可能な範囲で自宅に近い環境作りを心掛ける
- ◆ 患者さんのお気に入りを見つけたり、「何が好き」「何が嫌い」を把握しておきましょう



2. 足をマッサージすることで、リラックスした状態にして異常行動が減少します

皮膚を媒体として触れるケアは、快の刺激を引き出す効果があり、副交感神経を**優位**にし、心身ともにリラックスした状態に導きます。また、足は第二の心臓と呼ばれています。足が血液を送り出すポンプのような役割をしており、心臓から足まで運ばれた血液を、その後の心臓の方へ送り出している。足をマッサージして血流をよくすることは、全身の血液循環をよくすることにつながります。



3. レクレーションへの参加で、体や脳の働きを自然に促し、効率的に心身の機能維持します

認知症の症状を抑えるためにも適度な刺激は必要。説明がなくても、昔、覚えた歌など直感的にわかるものを取り入れたり、参加することで、他の参加者などとコミュニケーションをとることを目的とします。



*24時間リアリティ・オリエンテーション

24時間リアリティ・オリエンテーションでは、患者さんとスタッフとの日常生活における基本的なコミュニケーションの中で、カレンダー等を活用し、

「自分は誰であるのか」

「自分は現在どこにいるのか」「今はいったい何時か」といった事柄に対する現実認識の機会を反復提供することで、見当識障害の改善を図ります。



4. 接し方を考えることで、患者さんの気持ちが落ち着くことがあります



自分のことが受け入れられないと思うと患者さんは強く主張します。

目の前の症状にとらわれず、どうしてそういう行動になるのか、出てくる言葉の背景にある気持ち（プロセス）をその人の立場になって、考えてみましょう。

そこに解決の糸口があるはずですが、興奮しているから、抗精神病薬で押さえようと考える前に、その患者さんに関心を寄せ、可能な限り話を聴く姿勢を持つことが大切。

正面からその方の視野に入り込む。 ゆっくりと**笑顔**でかかわる。

患者さんが大切にしてもらっているという感じが、医療者を受け入れようとする姿勢につながります。

5. 症状の改善（疼痛のコントロール、脱水・電解質の改善などで）せん妄が改善します

電解質の濃度が異常値になると、神経細胞の代謝活動が妨げられてせん妄が起こります。電解質の異常は、利尿薬の使用、脱水、あるいは腎不全や癌の広範な進展で起こったり、

また、痛みによって起こることもあります。原疾患の治療が必要ですが、看護師は、

* 既往歴を見逃さない * 検査データを見る * 食事・水分摂取状況 * 排泄状況

* 顔色や皮膚の状態 * 服薬の情報 * 睡眠状況 などの観察を怠らないことも大切です

その他にも、

院内ディの活用

見守りのために、ボランティア・アルバイト（看護学生）やプラチナナース（OB）活用

見守りの部屋の提供（ナースステーションではない、落ち着いた環境の場所で

見守りながら、過ごす場所の提供。そこでは、抑制しない）

ADLボードの活用（ベッドサイドに掲示 看護職で情報共有、ケアの統一を図り

混乱させない）

家族や周りの方たちへの認知症の方への接し方などの教育

等、多くの好事例が発信されました。



最後に情報提供です。

認知症の人のケアをするためのフランスのイヴ・ジネスト氏によって開発された

ユマニチュード（Humanitude®）という方法です。

人間としての尊厳を取り戻すために、「見る」「話す」「触れる」「立つ」の基本的な援助で、お互いの存在を認め、安心感を与え、自立支援を行います。

* **見つめること** （同じ目の高さで、視線をとらえる、正面から、近くから長く）

* **触れる事** （広い面積で、ゆっくりと、やさしく。つかまないで下から支える）

* **話しかけること** （正面から近づき、頻繁に、優しく、前向きな言葉で、少しoveractionで）

* **立つこと** （立たせる技術を使い、立つように支援すること）

ケアの予告のために部屋に入るときには、3回ノックして反応を確認する。ケアは無理強いしない！

☆取り組みの最初には、少し時間がかかるかもしれませんが、人格を大切にケアする

ことで患者さんは精神的に安定し、夜間もゆっくり休むようになるので、効果が現れると、

認知症の人も職員も負担が軽くなると言われています。

引用・参考文献 本田美和子、イヴ・ジネスト他 著：ユマニチュード入門 2014 医学書院

編集協力 大分大学看護学科 老年看護学 三重野 英子教授