

看護師、介護士に望むこと

日本認知症本人ワーキンググループ 理事 佐藤雅彦

認知症本人は記憶障害があっても1人の人格がある、1人の大人として接する。間違っても劣っている人と思わない。本人の能力を信じる。できることと、できないことをみきわめ、出来ないことだけをさりげなく支援する。

1. 時間がかかっても認知症本人にできることは、できるだけ本人にさせて、本人の能力を奪わない。毎回出来なくとも何回かのうち1回は時間をとって、できるだけ本人やってもらうようにする。
2. できないことを指摘するのではなくできることに着目して、どうしたらできるか助言する。今日は乗り気がしないのですね、次回は頑張りましょうねと励ます。
3. 過去の履歴に捉われるのではなく、今何したいのかを聞く。
4. 1回できなくてもできないと決めつけしないで、今日はたまたまやる気がしないのですねと言う。気分によってやりたくない時もあるので、意欲がある時に何回でも挑戦させる。
5. 個人によって個性があるので、この方法で出来なくてもその方法にこだわらず、他の方法をためしてみる。
6. 認知症の人を何もできない人と決めつけしないで、まず信頼関係を築き本人のやりたいことを聞き出す。上から目線で何を支援しましょうかと聞くのではなく、対等な立場で一緒に楽しみましょうねという姿勢で付き合う。一緒に対等な立場で何がしたいのか探す。
7. 本人に役割を与えて出来たら一緒に喜ぶ。
8. 認知症本人の能力を信じて、わからないことは些細のことでも、推測するのではなく本人に聞いて行う。
9. 調子には波があり、できる時もあるしできないこともあるので、今日は調子がいいのですねとか、悪いのですねと見極める。
10. 人の話を鵜呑みにするのではなく、自分で試してみて判断する。専門用語を使うのではなく、例えば徘徊という言葉、「帰宅願望」と片付けるのではなく、様子を具体的に書く。
11. ひとりの人格として付き合う。
12. 幼児言葉は使わない。ひとりの大人として、また尊厳がある人として付き合う。
なれなれしい態度で接しない。
13. 自分が認知症になったら、どう接してもらいたいかを考えて接する。自分がしてもらいたいことをする。
14. 認知症本人のプライドを傷つける、態度、言葉遣いはしない。言葉で言っていること違う行動はしない。言葉と表情を一致させる。
15. 規則を守らないと言って差別しない。規則を守らない理由を聞き理解する。
16. 親しきなかにも礼儀あり、礼儀をわきまえて行動する。
17. どんなときに普通と異なる行動をするか、よく観察して記録して、原因や特徴を探す。
18. 本人の生活履歴を聞いて、行動のワケを考える。
19. 指導することではなく本人の話を聞いて、肯定も否定見せずに、本人の言葉をくりかえして、こうですねと、また、本人の言葉を確認して共感し良き理解者になる。間違っても、指導しようと思わない。本人の意向を十分尊重する。
20. できないことをさせるのではなく、喜んでしてもらうことを探す。楽しく生活してもらうことを最優先する。自分の価値観を押しつけない。本人の価値観を尊重する。本人の表情から言いたいこと読み取る。本人の表情から、快、不快を読み取り、楽しく生活してもらう。