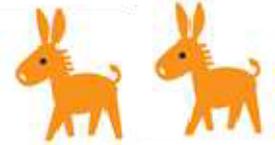


みなさんこんにちは、認知症看護認定看護師の持田結香です。認知症をもつ患者さんが、住み慣れた環境から入院されたことで抱く不安を、少しでも軽減できるよう活動しています。今回はみなさんに役に立つ情報「認知症ケアパス」についてお伝えします。

認知症看護認定看護師：持田結香（PHS：3934）



日本の平均寿命は女性が87.74歳、男性が81.64歳（2020年）、それぞれ9年連続で延びているそうです。うれしい反面、高齢になるほど認知症になるかもしれないという心配が増えます。最近では認知症と診断された時のために備えた生命保険のコマーシャルがテレビで流れ、認知症への意識の高まりやその時に備えたいというニーズがあることがわかります。では私たちは自分や家族、身近な方が認知症になったときどうしたらよいでしょうか？そんな時、たよりになるのが「認知症ケアパス」です。

認知症ケアパスとは「認知症の人の状態に応じた適切なサービス提供の流れ」をまとめたものです。認知症の人やその家族が「いつ」「どこで」「どのような」医療や介護サービスが受けられるのか、認知症の様態に応じたサービス提供の流れを地域ごとにまとめた「認知症ケアパス」を各市町村で作成しています。（厚生省認知症施策より）

富士市の認知症ケアパス～認知症の症状とケアの流れ～は、『認知症の人と家族のみちしるべ』というパンフレット（富士市役所高齢者支援課、富士市の地域包括支援センターで配付）のなかにあり、インターネットでも見ることができます。（<https://www.city.fuji.shizuoka.jp/kenkou/c0505/fmervo00000113ch.html>）パンフレットには、「認知症かな？」と思ったらチェックしてみるページもあります。

11. 認知症ケアパス ～認知症の症状とケアの流れ～

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲が認知症を理解して、上手に本人に対応していくことが大切です。（搬送医問や身体状況によって経過が異なり、全ての方に当てはまるものではありませんが、今後の介護や対応の目安としてみてください。）

認知症の進行に応じた変化	健康 → あれ？もの忘れかな → そろそろ誰かの見守りが必要	日常生活に手助けが必要 → 常に手助けが必要
<p>本人の様子</p> <p>なんとなくおかしいと感じて不安になる (前)家に鍵がかかたような気がする… 気分が落ち込む等</p>	<p>●もの忘れ</p> <p>●同じことをくりかえし聞く</p> <p>●片付けが苦手になる</p> <p>●物が無くなる</p> <p>●火の消し忘れ</p> <p>●外出があっという間になる</p> <p>●小銭で払うのが苦手になる</p> <p>●探しものをする時間が増える</p> <p>●食事の支障が一人では難しい</p> <p>●火の消し忘れ</p> <p>●金銭の管理や支払いが難しくなる</p>	<p>●トイレの場所がわからない</p> <p>●道に迷って帰ってこれない</p> <p>●日にちや季節がわからなくなる</p> <p>●洋服の着かたがわからない</p> <p>●自分で食事ができなくなる</p> <p>●高確率によるコミュニケーションが難しい</p> <p>●歩行が困難</p> <p>●起き上がるのに介助が必要</p>
<p>家族の気持ちと対応</p> <p>認知症は家族のかわり方や環境調整により、症状は大きく変化し、気持ちの変化は人それぞれです。</p> <p>家族会や勉強会に参加すると、色々な情報が得られます。</p> <p>悩みを打ち明けられないで一人で悩んでしまいがち。 →抱え込まずご相談をすることが大事。家族の病気の理解と対応が、今後の症状の仕方大きく影響する。</p>	<p>●薬を間違えて飲む</p> <p>●たばこを吸って送る</p> <p>●季節に合った服が選べない</p> <p>●家電の操作が難しくなる</p> <p>●生活リズムが乱れる</p> <p>●本人の失敗が増え、介護疲れを感じる。休みたいくなる。 →介護サービス等を利用して、自分のリフレッシュできる時間も大事にする。</p> <p>●最期の過ごし方や備えが心配 →元気がうちに本人の意向を確認する。エンディングノート等を活用する。</p>	<p>●一人で行うのが難しいことはまわりの人に手伝ってもらいましょう。</p> <p>●なんでも相談できる人を見つけておきましょう。</p> <p>●今まで通り、外出したり人に会う機会をもちましょう。</p> <p>●将来に備えて成年後見制度等の利用について検討しましょう。</p>
<p>本人やまわりの人がやってほしいこと決めておきたいこと</p> <p>■認知症予防に努めましょう。</p> <p>■友人や地域とのつながりを大切にしましょう。</p> <p>■今までやってきたことを続けましょう。</p> <p>・地域の活動</p> <p>・サークル</p> <p>・ボランティア等</p>	<p>■まわりの人に相談してみましょう。</p> <p>■一日の計画を立てて行動してみましょう。</p> <p>■富士市の地域包括支援センター（寄米診療）に相談しましょう。</p> <p>■かかりつけ医に相談しましょう。</p> <p>■元気なうちからエンディングシートを書いたり、家族と今後の過ごし方について話し合ってみましょう。</p> <p>■外出の機会をもちましょう。</p> <p>■本人の話をじっくり聞きましょう。</p>	<p>■本人の「得意」を活かし、その人らしい生活をいかにして送っていくかを考えていきましょう。</p> <p>■介護サービスなどを利用してお互いのリフレッシュできる時間をもちましょう。</p> <p>■施設での生活を希望する場合は早めにいくつかの施設を見学しておきましょう。</p>
<p>介護保険</p> <p>申請の相談</p> <p>介護認定の取得</p> <p>介護サービスの利用</p> <p>家族の介護負担の軽減</p>	<p>ボランティア活動 まちづくりセンター講座 シルバー人材センター 社会福祉センター 悠遊クラブ 生きがいデイサービス むれあい・いさいサロン 認知症カフェ</p> <p>かかりつけ医 かかりつけ診療科 かかりつけ薬局 認知症サポート医</p> <p>認知症専門医 認知症医療センター（病院病棟）</p> <p>訪問診療 訪問看護</p> <p>富士市の地域包括支援センター（寄米診療） 認知症 コルセンタ</p> <p>居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）</p> <p>短期入所生活介護 小規模多機能型居宅介護 地域密着型サービス</p> <p>在宅介護サービス（食・見守り・家事支援等）</p> <p>認知症の人と家族の会</p> <p>介護老人保健施設 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ※詳細は「いっしょいきぬきガイド」を参照</p>	<p>認知症の専門家 認知症医療センター（病院病棟）</p> <p>訪問診療 訪問看護</p> <p>居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）</p> <p>短期入所生活介護 小規模多機能型居宅介護 地域密着型サービス</p> <p>在宅介護サービス（食・見守り・家事支援等）</p> <p>認知症の人と家族の会</p> <p>介護老人保健施設 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ※詳細は「いっしょいきぬきガイド」を参照</p>

患者さんや家族、身近な方が困っているとき、ケアパスがあることをまず思い出してください。