

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

気づき～軽度の時期

誰かの見守りがあれば日常生活は自立な時期のポイント

1 「困ったことがあれば相談を」

普段と違う様子や困ったことがあれば、まず相談しましょう。本人が認知症の症状を自覚し、不安に思っている場合もあります。早めにかかりつけ医などの医療機関に相談しましょう。

相談したい ⇒ P.15、16 へ

受診したい ⇒ P.17 へ



2 「さりげなく手助けを」

家族は、本人が物事をやり遂げる過程で、どの部分ができ、どの部分ができないのかを理解したうえで配慮しましょう。今までにやってきたこと、できることは続けましょう。

また、本人にとって、できないことが増えていくことは不安なものです。例えば財布のしまい場所を忘れて不安に感じ「財布を盗られた」と訴えることもあります。本人の不安に共感しながら、さりげなく手助けしましょう。

◆初期の認知症の人が過ごせる「場所」や、「機会」を利用しましょう。

交流できる場所／予防に取り組む ⇒ P.18 へ

3 「今後の見通しを学ぶ」

家族は、認知症の人への接し方や利用できるサービスについて学びましょう。

◆今後の生活設計（介護や医療についての希望、金銭管理など）について本人の希望を確認し、利用できる制度やサービスについて、知っておくことも大切です。

財産・権利のこと ⇒ P.20 へ

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

中等度の時期

日常生活に手助け・介護が必要な時期のポイント

1 「事故にそなえた環境づくりを」

火の不始末や道に迷うなど、思いがけない事故に備えて安全対策を考えましょう。介護保険サービスを利用したり、自動消火器などの道具を使うことで安全な環境づくりを行いましょう。

介護保険サービスを利用したい ⇒ P.19 へ

その他の支援・制度 ⇒ P.21 へ

2 「身近な人の支援や理解を求める」

家族は、本人の行動の変化にとまどいや不安を感じるが増えてきます。同じことを何度も繰り返し尋ねられることにイライラすることもあるでしょう。また、認知症の症状として、「ものを盗られた」「食べさせてもらえない」などの被害妄想が現れたり、薬の飲み忘れや外に出かけて帰れなくなるなどがあります。

介護のつらさ・心労を一人で抱え込まず、親族などの身近な人や支援者にも理解してもらいましょう。同じ介護を経験する家族が集う場に参加するのもよいでしょう。

相談したい ⇒ P.15、16 へ

受診したい ⇒ P.17 へ

3 「自宅以外での生活の場も検討を」

自宅以外での生活の場を選ぶこともできます。サービス付き高齢者向け住宅には、見守りや食事の提供などを行う住まいもあります。また、認知症高齢者グループホームなどの入所施設について、検討するのもよいでしょう。

住まいや施設のこと ⇒ P.19 へ

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

重度の時期

常に介護が必要な時期のポイント

1 「サービスを見直して負担軽減を」

状態の進行に応じて、寝たきりになった場合の在宅介護は、介護者の身体的な負担も大きくなります。介護サービスを増やしたり、福祉用具をうまく取り入れたり、デイサービスやショートステイの利用などで介護者自身の休息を図るのもよいでしょう。

また、訪問診療や訪問看護などについて、相談するのもよいでしょう。

相談したい ⇒ P.15、16へ

受診したい ⇒ P.17へ

介護保険サービスを利用したい ⇒ P.19へ



◆本人が大声で怒鳴ったり、落ち着かず手が出たり、介護を嫌がったりすることがあるかもしれません。これらの症状は、記憶障がいなど認知症の症状が進む不安や体調、慣れない環境、周囲の接し方も影響して現れると考えられています。かかりつけ医などに医療面での対応を相談するとともに、本人への接し方の工夫を介護の専門職や介護経験者に尋ねてみるのもよいでしょう。

2 「体調の変化に気をつける」

急に体調が変化することが多くなります。本人から訴えることが難しいので、いつもと違う様子があれば注意し、心配なときはかかりつけ医に相談しましょう。