

身近な人が「認知症かも…?」と感じた時にできること 離れて暮らす親が心配な場合

最近、市内で暮らす親御さんについて、別居のご家族からのご相談が増えています。

「物忘れが増えた」「探し物ばかりしている」「なんとなく会話がかみ合わない」「以前より室内が雑然としている」「両親が口喧嘩ばかりしている」「『食べている』というが痩せた」等です。また、「病院に連れて行こうにも本人はイヤだと言うし、もの忘れは年相応とも思えるので、どうしたらいいのか…」という相談も多くあります。

けれど、ご家族が違和感を感じた時が相談のタイミングです。認知症状が現れ始めた時に対処すること、今の生活機能を保持し症状の進行を遅らせるため、ご家族にお願いしたいことは次の4点です。

1. 記録する

「おかしい」と感じたことを、書き出してみましょう。「年相応かもしれない」と思うこともあるかもしれません。事実を淡々と書くことをお勧めします。

この記録は、認知症の進行程度やこれから起こる生活上のトラブル対策の参考になります。そして、ご本人のつらさや生活のしにくさに気づききっかけにもなります。

1～3か月間ほど、ご家族が感じた「おかしい様子」を書きためてください。あなた自身の気持ちの整理にもなります。



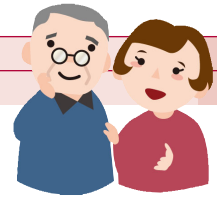
2. 本人と話す

ご本人に「最近、体調どう?」と聞いたら、何と答えるでしょうか?

「大丈夫。何とかやっているよ。」などは、ご家族への配慮が聞かれるかもしれません。

けれど、生活ぶりが以前と比べて明らかに悪化している場合、認知症によくみられる「取り繕い」かもしれません。これは不都合なことを隠す行動で、認知症になってもプライドや感情があるからです。

また、ご自分の変化はご自身が一番気づいており、「自分は認知症ではない」と誰もが思いたくなるものです。ご家族はまず、「あなたを心配している」と伝えてください。



3. まわりに話す

① 親、兄弟、親戚

今後の介護の方向性を共有するため、一人で抱え込まず話し合う相手を増やしましょう。

② 隣人やご近所、民生委員

離れて暮らす場合、困った時に知らせてくれるよう、ご近所をお願いすることも大切です。

③ 自分の職場

近い将来、介護が必要かもしれないと思った時には話しておきましょう。病状を言わずに、「別居する親が高齢で生活しにくくなった」との説明でまずはよいでしょう。

継続的に介護を行うためには、経済的な負担がかかります。勤め先の「仕事と介護の両立支援制度」を確認し利用しましょう。



4. 相談窓口を活用する

ご家族が介護しすぎず、医療・介護の専門家を上手に活用しましょう。

① ご本人の主治医に相談する

信頼する主治医の言葉は、耳に入りやすいものです。別の病気が認知機能を低下させている場合もありますので、まずは主治医に相談しましょう。専門医への受診や介護申請に必要な主治医意見書もご相談できます。

② ご本人が住む自治体の「地域包括支援センター」に相談する

介護サービスを利用する手順や、高齢者福祉等の各種制度を知るには、半田市の包括支援センターにご相談しましょう。市では「認知症初期集中支援チーム」も、ご本人や家族の支援をします。

相談窓口



【問合わせ】 高齢介護課 ☎84-0644