

伊予市地域包括支援センターだより

いきいき通信

NO.12

認知症を理解するといふこと

去る11月25日、認知症介護研究・研修東京センターの永田久美子先生をお招きし、「認知症の人の理解と支え合う地域づくりに向けて」というテーマで研修会が開催されました。介護保険事業所の職員や認知症サポーターなど、認知症の方を支える立場の方たちが多数参加し、熱心に先生の話に耳を傾けていました。

永田先生は認知症の方を支えるには、まず認知症について正しく理解すること。そして、認知症の症状を理解することによって、その人(認知症になった本人)を正しく理解することが大切と話しました。さらに「本人を理解するためには、あせらずに、まず本人と向き合い、その声(心の声)を聴くこと、そしてお互いの関係をつくっていくことが大切。そこから本人の可能性、関わりの可能性を見つけ、本人本位の適切なサポートを行いたいよう。また、普段の生活の場である

地域が一体となってサポートし、認知症になっても安心して暮らしている伊予市を皆さんでつくってほしい」と述べました。

また、自ら認知症を発症していることを公表し、認知症患者の立場から認知症への理解を訴えている佐藤雅彦さんも参加し、今までの体験談や現在の生活の様子などを話しました。佐藤さんは、「認知症になったからといって、何もできないと決め付けないでほしい。時間はかかるかもしれないが、できることはたくさんある。その人から役割を奪わないでほしい」と訴えました。

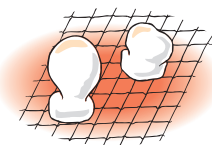
参加者は、佐藤さんの生の声に真剣な表情で聞き入っていました。



のど詰まり防止を付けましょう

高齢になると、だ液の分泌量の変化や筋力の低下など、さまざまな要因で食べ物を飲み込む力(嚥下反射)が低下します。これが、食べ物をのどに詰まらせる大きな原因となっています。

高齢者に限らず、のどに食べ物などを詰まらせてしまうと命を落としかねません。事前の予防法と、万が一詰まらせたしまった場合の対処法を知っておくことが必要です。



【食事の際の留意点と予防】

高齢者が食事をしているときに、おせたり、胸を叩くなどしていた場合は、食べ物のどに詰まらしているのではないかと疑問を持ち、声を掛けるなどして確認をしましょう。

また、食事介助を行う場合には、口へ運んだ食べ物が確実にのどを通っているか、注意深く確認してください。確認せずに、ごんごん口の中へ食事を運んでしまうと、誤嚥(ごえん)などの詰まりの原因になります。

里芋やこんにゃくのようにつるつるとした食材は、そのまま飲み込んでしまうこともあるので、調理する際に、小さめに切っておくことも有効です。万が一、のどに食べ物が詰まってもあわてず、落ち着いて対応しましょう。

【対処方法(意識がある場合)】

- ・ 会話が出来るようであれば、水分をとってもらい、様子を見てください。
- ・ まだ苦しいようなら、自らの力で吐き出すように指示してください。
- ・ それでも解消できない場合は、前かがみにさせ、介護者が背中をたたき、吐き出させてください。また、少し乱暴ですが、介護者が指をのどに入れ、吐き出させる方法などもあります。

これらの応急対応で解消できない場合は、速やかに救急車を要請してください。救急車が到着するまでの間は、電話対応している救急隊の指示に従ってください。

【対処方法(意識がない場合)】

- ・ 意識がない場合は、直ちに救急車を要請してください。救急車が到着するまでの間は、電話対応している救急隊の指示に従ってください。
- (関連記事13ページ)



伊予市地域包括支援センター

(伊予市役所1階長寿介護課内)
 ☎982-1111(内線544・555)