

認知症看護認定看護師による 介護講座

平成29年9月25日 月曜日

独立行政法人

地域医療機能推進機構(JCHO)東京高輪病院

認知症看護認定看護師 乙丸 時枝



認定看護師ってどんな看護師??

- 看護師として5年以上の実践経験
- 日本看護協会が定める教育機関での専門の研修を受け審査試験に合格した看護師

活動としては



- 自らが手本となし専門知識や技術等指導
- 現場で直面する問題や疑問の相談に乗り改善策を引き出せるように支援 など...

どんな 認定看護師がいるの？

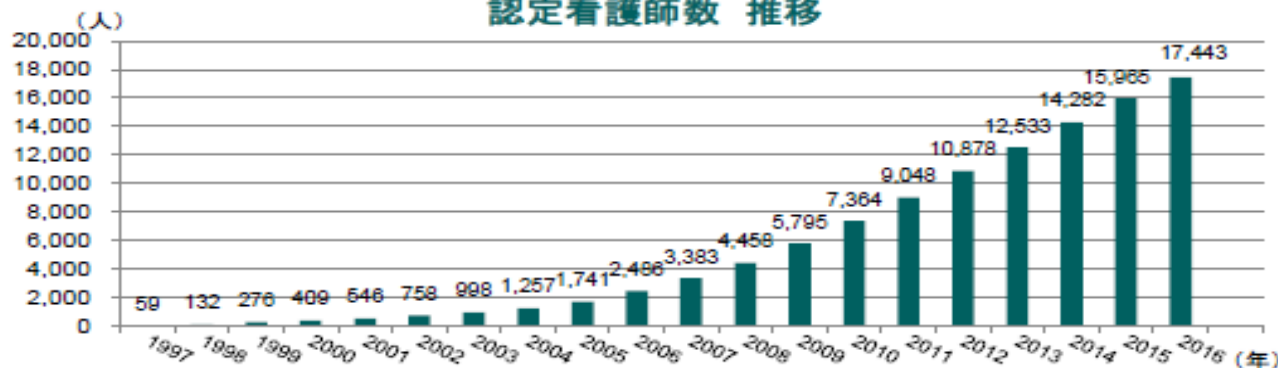


21の認定分野

感染管理	糖尿病看護	乳がん看護
皮膚・排泄ケア	認知症看護	小児救急看護
緩和ケア	摂食・嚥下障害看護	慢性心不全看護
がん化学療法看護	脳卒中リハビリテーション看護	慢性呼吸器疾患看護
集中ケア	訪問看護	透析看護
救急看護	手術看護	がん放射線療法看護
がん性疼痛看護	新生児集中ケア	不妊症看護

都道府県別認定看護師登録者数 17,443名

認定看護師数 推移

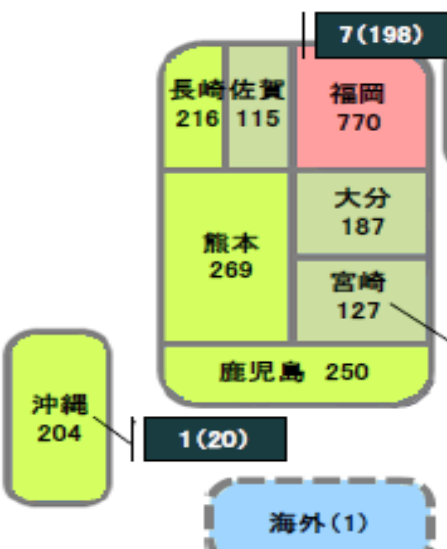


※各年12月末日の登録者数
2016年については7月の登録者数

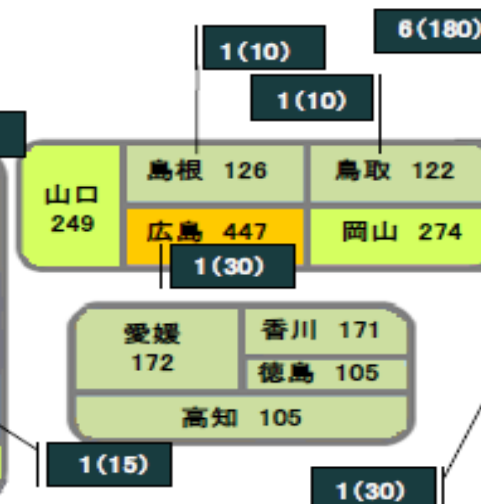
北海道東北 1,978人



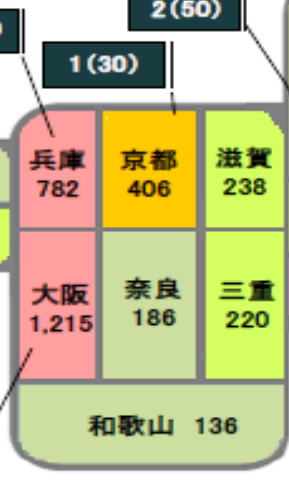
九州沖縄 2,138人



中国四国 1,771人



近畿 2,963人



東海北陸 2,558人



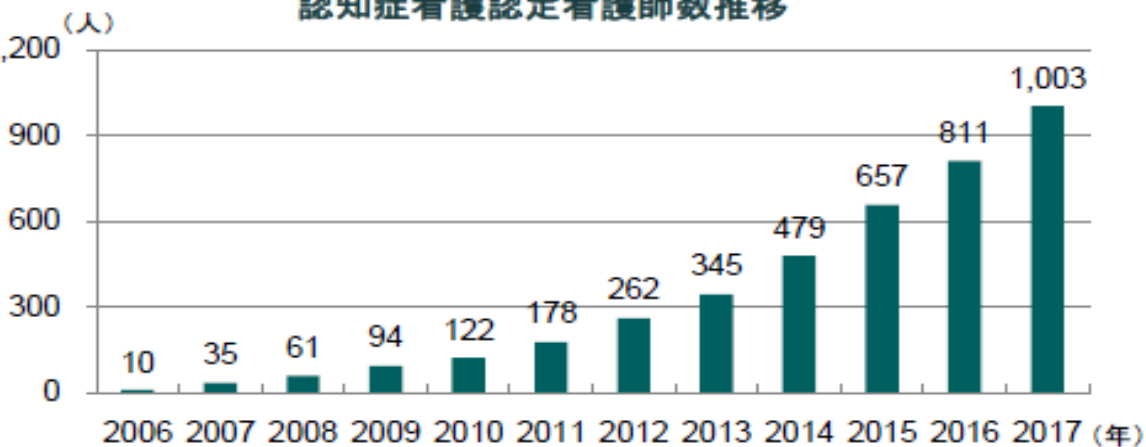
関東甲信越 6,034人



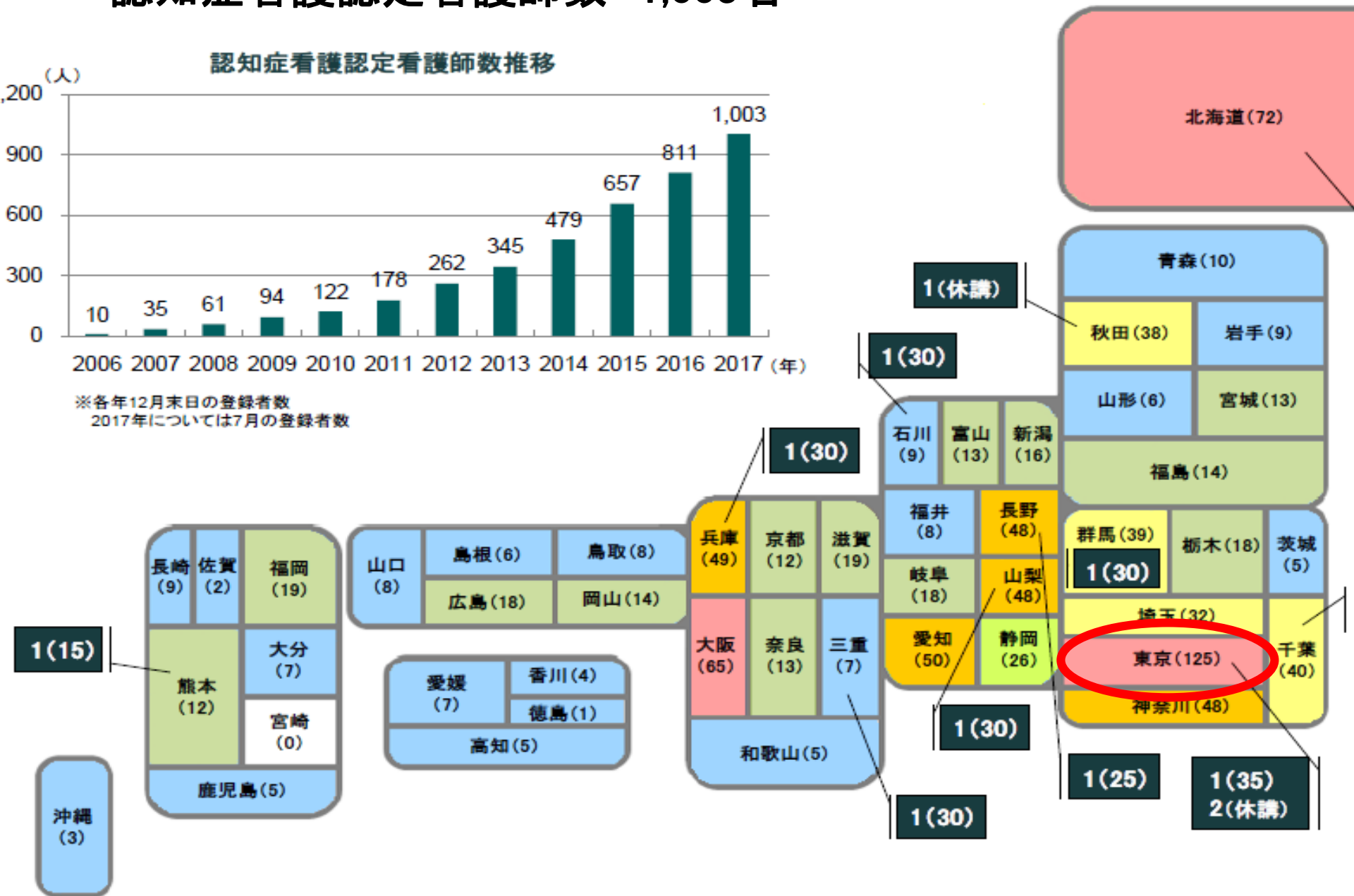
東京 2,005

認知症看護認定看護師数 1,003名

認知症看護認定看護師数推移

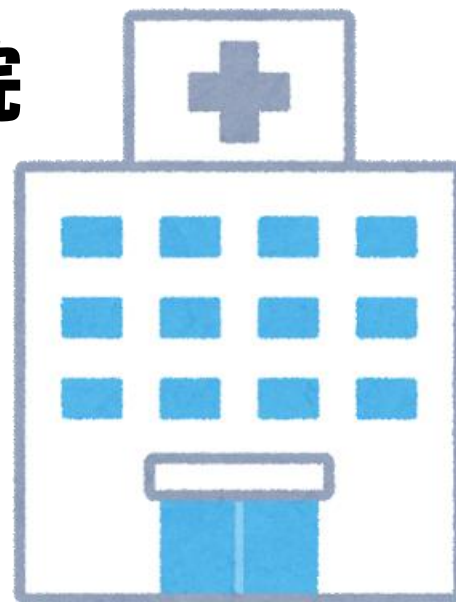


※各年12月末日の登録者数
2017年については7月の登録者数



認知症看護認定看護師がいる病院 (港区)

- **済生会中央病院**
認知症疾患医療センター
- **北里大学北里研究所病院**
- **東京慈恵会医科大学附属病院**
- **東京高輪病院**



早期発見、早期治療が重要！！

- 認知症の原因が手術して治るものもある
慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症等
- 早期の服薬で進行の速度を遅らせることができる
- 認知症になってどのように過ごしたいかを考えられる時間や体制づくりができる



認知症患者自身の認識

クリスティーン・フライテン（旧姓ボーテン）さん

1949年生まれ 68歳

1995年 46歳でアルツハイマー病と診断

1998年 49歳で前頭側頭葉型認知症と再診断

1999年 ポール・フライテンさんと再婚

2000年 認知症啓発支援ネットワークを結成

クリスティーンさんは著書のなかで

「これまでの認知症に対する見方は、健常者による
“外側からの見方”で認知症を抱えるものからすると
誤解に満ちている。私たちの気持ち、不自由さをわ
かってかかわってください」

とメッセージをのこしています。



認知症の人たち自身による “本人会議” でまとめられたアピール

本人同士で話しあう場
を作りたい

- 仲間と出会い、話したい、助けあって進みたい
- わたしたちのいろいろな体験を情報交換したい・・・

認知症であることをわ
かってください

- 認知症のために何が起きているか、どんな気持ちでくらしているかわかってほしい・・・

わたしたちのこころを
聴いてください

- どんな支えが必要か、まずわたしたちにきいてほしい
- 少しの支えがあればできることがたくさんあります

自分たちの意向を施策
に反映してほしい

- あたりまえにくらせるサービスを
- 自分たちの力を生かして働きかけ収入を得る機会がほしい

家族へ

- わたしたちなりに、家族を支えたいことをわかってほしい
- 家族に感謝していることを伝えたい

仲間たちへ

- 深刻にならずに、割り切って、ユーモアを持ちましょう

認知症の人が体験している世界を イメージしてみよう①

- ・ ふと目覚めたとき

自分のいる場所がわからない・・・

周囲に知っている人がいない・・・



不安

認知症の人が体験している世界を イメージしてみよう②

- 何を伝えようとしているのか想像する

例えば

アルツハイマー型認知症のAさん

便秘をしたため朝食後下剤を服用

13時ぐらいから眉間にしわを寄せ

立ったり座ったりを繰り返すようになった

夕方寝具類や手に便が付着していた。

認知症の人が体験している世界を

**Aさんが体験していたことを
想像してみよう!!**



Aさんの体験していたことは

誰に伝えれば排便
できるのだろうか

出てしまった便の始末は
どのように
したらよいのだろう

トイレは
どこだろう

恥ずかしくて
人に言えない

おなかが痛い



加齢による身体的変化



- **脳神経系**：脳萎縮、脳代謝の低下等
- **視覚 視力**：光が乱反射、調節障害（老視）
色覚低下、明暗順応低下等
- **聴力**：老人性難聴、耳鳴り等
- **味覚 嗅覚**：加齢による影響をうけにくい
- **呼吸器系**：咳嗽・嚥下反射の低下等
- **消化器系**：消化管運動低下、胃内容物の逆流等
- **骨 筋肉系**：骨量減少、骨強度低下筋萎縮等

例えばご飯を食べようとしない



例えばご飯を食べようとしない

認知症により
出来なくなっているのか？
それとも

加齢による身体機能の低下により
できなくなっているのか？



なぜ認知症に誤解が生じるのか？

例えば

胃腸炎の患者さんの症状は・・・

腹痛・嘔吐・下痢等

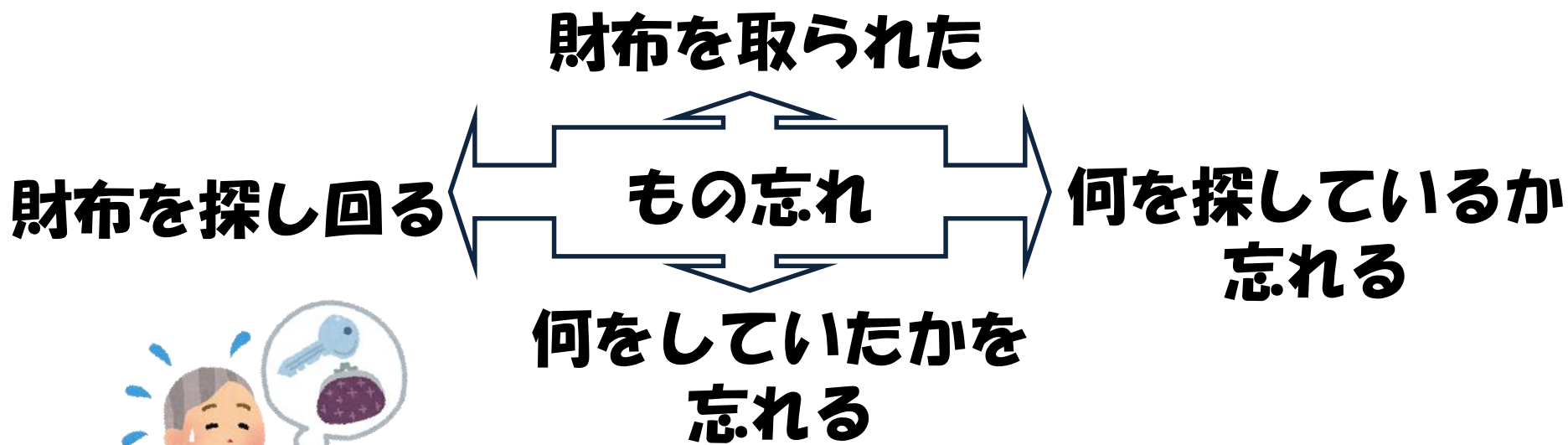


＝ 身体的症状

なぜ認知症に誤解が生じるのか？

しかし

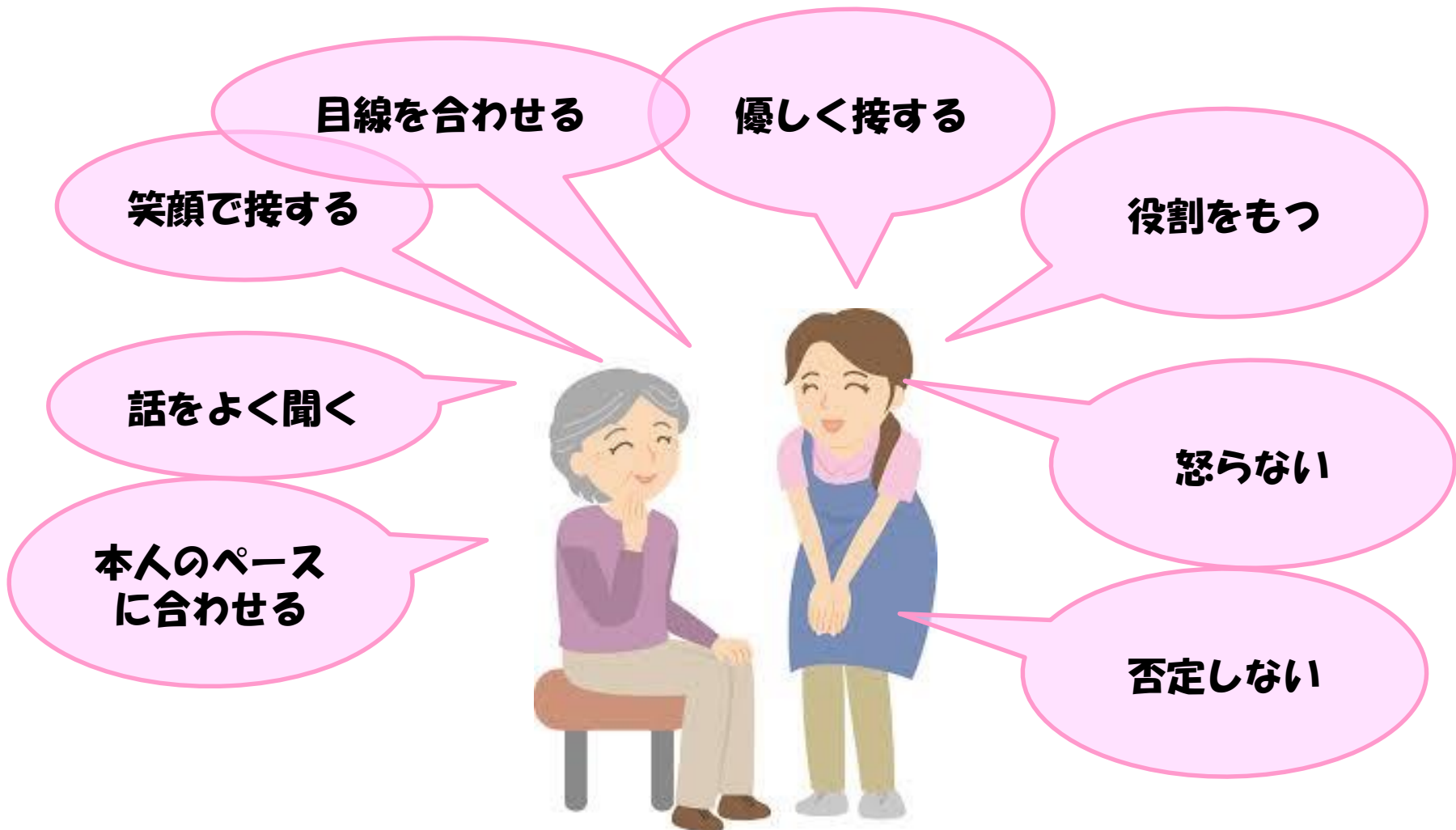
認知症の患者さんの症状は・・・



十人十色

10人いれば認知症の症状も10通りある

認知症の人の 関わり方のポイント



実際の工夫の一例①

【もの探す行動に対して】

- 引き出しにラベルを張る
（イラスト入りの方がわかりやすい）
- 鍵や財布などは鈴をつける
- 通院等に必要なもの（保険証や診察券）は
セットしてまとめて保管する



例えば・・・



実際の工夫の一例②

【予定・約束・管理困難】

- 予定を書いたカレンダーの横に日付の時計を置く（できればデジタル表示）
- 約束は忘れる可能性があることを説明し先方に電話をお願いする。もしくは携帯電話のアラーム機能を利用する



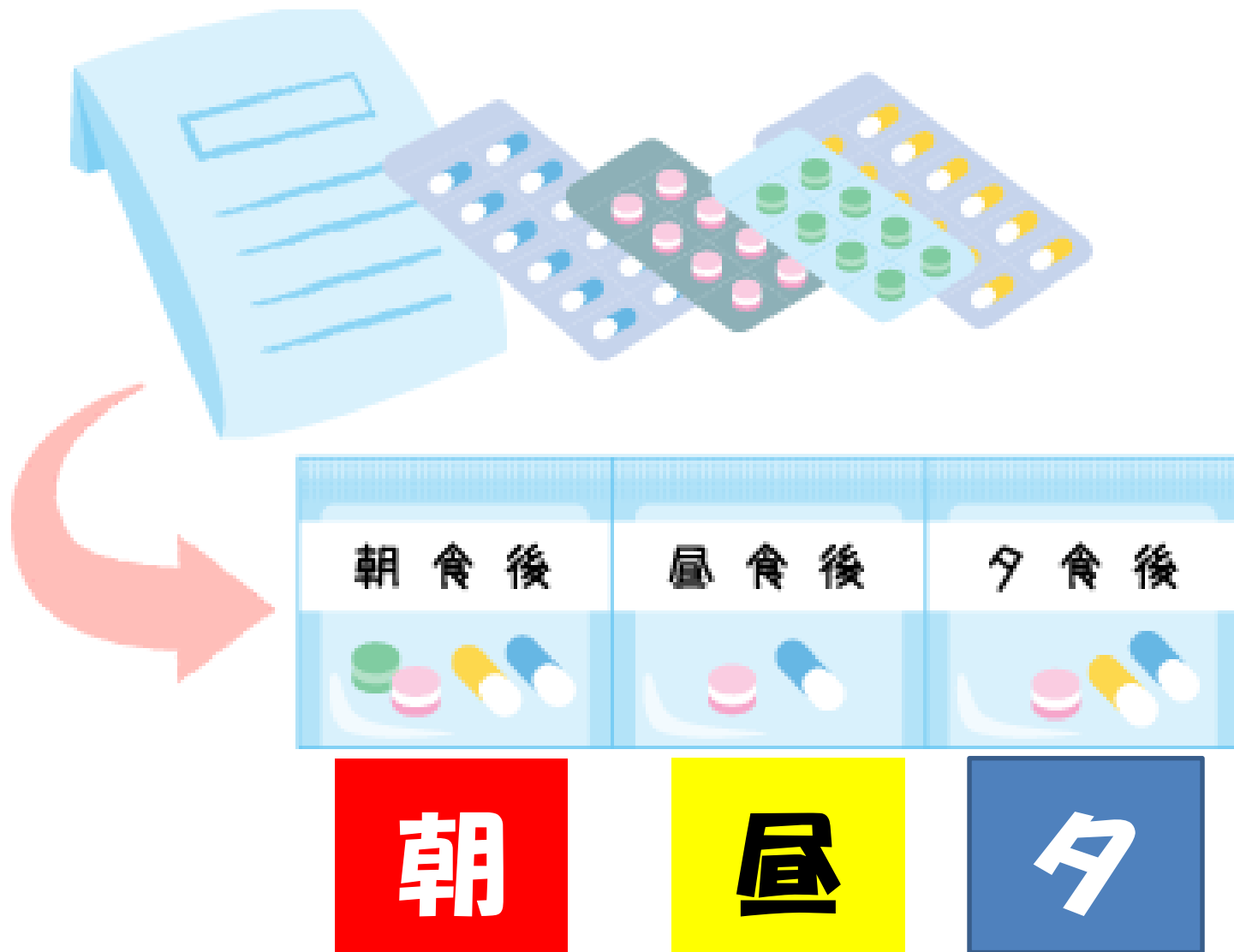
実際の工夫の一例③

【服薬管理困難】

- 薬内容をシンプルにしてもらう
- 薬の一包化や薬袋に服用する日付や
タイミングを記載する
(色分けするとさらにわかりやすい)
- 患者さんに合わせた服薬カレンダーや
ボックスの使用



例えば・・・



実際の工夫の一例④

【日常生活】

- 早めに生活用品の変更を行う
ガスコンロ→IHコンロ
自動センサーの蛇口や人感センサーの電球
- 調理を電子レンジ調理にする
- お湯は電気ポットや魔法瓶を使用する
- よく使うものはいつも座る場所の近くに
まとめて置く



すぐできる認知症のリハビリ

- 昔話をする

昔のことは覚えていることが多い
昔遊びなどを教わるなども有効



- 楽しく歌う

笑顔でコミュニケーションをとることが大切

- 季節や時間等をさりげなく何度も伝える

食事を食べるとき「お昼ご飯を食べましょう」

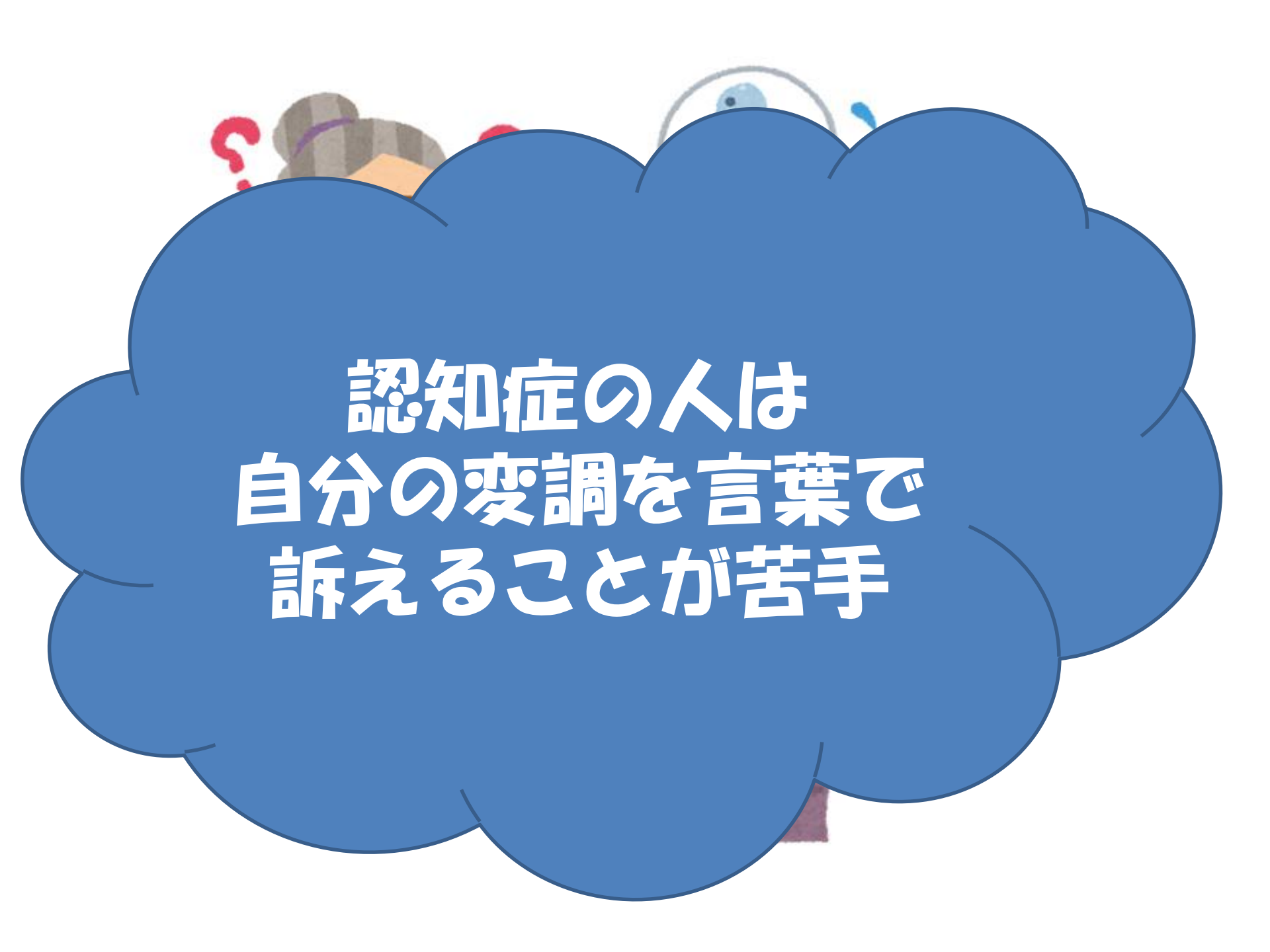


いつもと違う行動の意味

- **いつもと違い落ち着きがなくなっている
体調の変化はありませんか？
例えば…息苦しい 便秘 発熱など**

環境の変化はありませんか？

**例えば…いつも来るヘルパーさんと
違う人が来ているなど**



**認知症の人は
自分の変調を言葉で
訴えることが苦手**

こんなときどうする!?

【ものを取られた!!】

- **まずどんなものを取られたと思っているのか本人の確認⇒一緒に探す**
- **犯人だと思っている人と距離を置く**
- **話を聞きながら別の話題に意識を変える**



まとめ



- **認知症は病気です。自分の身に起きていることを伝えるのが苦手です。**
- **年を重ねても、認知症になってももちろん自尊心があります**
- **出来ないことに着目するのではなく、できることをみんなで支援していく。**

**認知症の介護やケアは決して
ひとりではできません。**

みんなで協力して行うことが大切!!



ご静聴ありがとうございました