

認知症の人への介護技術 (食事・入浴・排泄等)

目的・目標

- 食事・入浴などの基本的な生活場面において、中核症状の影響を理解した上で、日常生活の安全・安心の向上、健康の維持増進を図りつつ、認知症の人の能力に応じた自立支援の実践ができる。
 1. 代表的なケアの場面において認知症の心理学的視点をもとにしたケアが実践できる。
 2. 認知症の人のできる部分に注目し自立支援を目指したケアが実践できる。
 3. 安全、安心、健康の維持増進を図ることを支援できる。

認知症の人の生活障害



中核症状がどのような生活障害を生じさせるかを把握し、その症状に応じた支援が必要

記憶障害と日常生活の困難

新しく経験したことを覚える(記銘)、
覚えたことを保存する(保持)、
以前学習したことを思い出すこと(想起)が
困難となる。

- ▶ 直前の出来事を忘れる
- ▶ 物の収容場所を忘れる
- ▶ 火や水の不始末
- ▶ 鍵などを紛失する
- ▶ 同じものを繰り返し購入

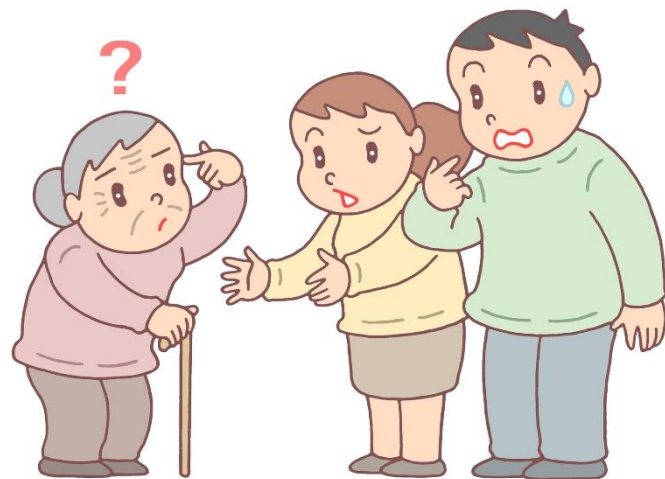
...



見当意識障害と日常生活の困難

**運動機能が損なわれていないにもかかわらず、
意図した動作や指示された動作が行えない。
意識的に行動しようとするとその行為ができない**

- ▶ 昼か夜かの判断がつかない
- ▶ 目的の場所に行くことができない
- ▶ 迷って自宅に戻れない
- ▶ 人の認識ができない
- ▶ 鏡に映る自分を他人のように
思ってしまう（鏡像現象） …




リアリティ・オリエンテーション(RO)

【クラスルームRO】

少人数の集団に対し、決められたプログラムに沿って、現在の情報（名前や場所など）を提供する

【24時間RO】

日常的な会話の中で、現実認識の機会を随時提供する



自尊心を傷つけることなくリアルな情報を提供するのがリアリティ・オリエンテーション

失行と日常生活の困難

**運動機能が損なわれていないにもかかわらず、
意図した動作や指示された動作が行えない。
意識的に行動しようとするとその行為ができない**

- ▶ 生活用品がうまく使えない
 - ▶ 箸などの使い方がわからない
 - ▶ 排泄時の一つ一つの動作がわからない
 - ▶ 衣服の上下・前うしろ・表裏がわからない
- ...



失認と日常生活の困難

見ること(視覚)聞くこと(聴覚)触ること(触覚)の機能には問題はないが、物の形や用途、名称がわからないなど、視覚・聴覚・触覚を通じて対象が何かを判断できない

- ▶ 生活道具の使用目的や名称がわからず、うまく使えない
- ▶ 触れたものが何か認識できない
- ▶ 位置関係が理解できず、食器などを落とす、うまく持てない
- ▶ 色の変わり目を段差と誤認する



失語と日常生活の困難

言葉を話す器官は正常であるが、言葉を話そうとすると言葉が出てこなかったり、相手の言葉の内容を理解することが困難になる

- ▶ 必要な単語を見つけ出すことができない（あれ、それ）
- ▶ 思っていることを言葉に発することができない
- ▶ 相手の言葉が理解できない
- ▶ 文字が読めない（失読）
- ▶ 文字が書けない（失書）



実行機能障害と日常生活の困難

生活するうえで必要な情報を整理・計画・処理していく一連の作業が難しくなり、その結果として、生活上の様々な出来事を段取りよく進めていくことが困難となる。

- ▶ 献立を決めて必要な食材を買うことができない
- ▶ 調理工程の段取りや仕方がわからない
- ▶ トイレの手順が分からず排泄動作が上手くできない
- ▶ 入浴後衣服を準備し、肌着やシャツを順序立てて着ることができない



思考力や判断力の障害と日常生活の困難

記憶や見当識、実行機能など複数の中核症状が影響し合い、生活行為を行う上で必要な思考すること、判断することに困難さを生み出してしまう

- ▶ 抽象的な質問に返答ができない
- ▶ 一度に複数のことを言われると理解できない
- ▶ いつもと違う環境に適応できない
- ▶ ATMなどの機械が使えない
- ▶ 季節に合った服の選択ができない
- ▶ 危険の判断がつかなくなる

ケアマネジメントの原則的アセスメント構造

本来持っている
潜在化している意欲

①原因
(〇〇のために)

②状態
(〇〇の状態)

③問題
(〇〇のために)
(〇〇しかできず
に困る)

④意欲
(〇〇したい)
(〇〇までできる
ようになりたい)

認知症のために

中核症状の失認
がある状態で

白い食器の中
のご飯が分からなく
て困る

ご飯を認識でき
る環境で自力で
食事を摂りたい

介護保険の3原則

自立支援 ・ 自己決定 ・ 日常生活の継続

認知症の人の自立支援



主体的に生活を営む
ことによる満足感の
ある生活

できることを続ける
ことによって、身体
機能の低下を防ぐこ
とにつながる

**認知症の人の介護とは「認知機能の低下した方」
に対する「自立支援」と捉えることができる**

自立支援 ≠ 身体的自立

自立支援とは、可能な限り自分らしい生活を営むこと。すなわち自分の人生に主体的、積極的に参画し、自分自身で作っていくこと。

自らの意思で
決定できる

意向を代弁する
権利擁護

潜在能力や強みを見出し最大限に発揮

要介護状態の悪化の予防

認知症の人の介護技術の基本的な視点

本人の困難さを取り除く

個別性を重視する

「できない」理由に気付く

指示をしすぎない

生活行為の連続性の支援

ケアを組み立てる基本の実行

認知症の人の心と行動の変化



変化に気づいてますか？



認知症の人への排泄のケア

トイレは
どこ？

頻尿

一連の動作
ができない

プライバシー
への配慮

疾病
BPSDの要因

排泄課題と認知機能障害

認知機能障害	排泄における課題	解説
記憶障害	<ul style="list-style-type: none">・失禁してしまう・何度もトイレに行く・トイレ以外で排泄してしまう	新しい記憶や、昔の記憶の障害を受けることで、トイレの場所を忘れたり、トイレに行ったことをすぐ忘れてしまうことも多くなる。その結果、トイレに行く前に失禁してしまったり、トイレ以外で排泄するようなことも起こるようになる。
見当識障害	<ul style="list-style-type: none">・何度もトイレに行く・トイレ以外で排泄してしまう・夜間に起きて頻繁にトイレに行く	時間や場所等の見当がつかなくなり、トイレの場所がわからず失禁したり、トイレ以外で排泄することも起きてくる。また、時間の見当がつかなくなり、夜中でも起き出して何度もトイレに行くことも起きてくる。
失行	<ul style="list-style-type: none">・ズボンや下着を汚してしまう・失禁してしまう・便器以外に排泄してしまう	身体的に特に異常はないのに、排泄に関する動作ができなくなり、ズボンや下着の上げ下げや、便器のふたを上げ下げすることが難しくなる。その結果、ズボンや下着を脱がないで排泄したり、ふたを閉めたまま排泄するようなことが起きてくる。
失認	<ul style="list-style-type: none">・失禁してしまう・トイレを汚してしまう・トイレ以外で排泄してしまう・便を触ったり、いじったりする・トイレを流さない・トイレに水で手を洗う	何かを認識したり、理解することが難しくなり、トイレの使い方やトイレの意味がわからなくなったりする。また、便が何かも理解できなくなると、便を触ったりいじったりすることも起きてくる。
実行機能障害	<ul style="list-style-type: none">・失禁してしまう・トイレ以外で排泄してしまう・下着を汚してしまう	

認知症の中核症状に配慮したケア（排泄）

アセスメントの 確認ポイント

ケアの例・留意点

トイレの場所が
分かっているか

- ・TOILETや人の形などのサインは分かりにくいいため、本人の分かる目印などをつける
- ・夜間などは薄明りをつけておく
- ・過去の住環境に配慮し、同じような配置に努める

排泄のタイミング
がつかめているか

- ・席を立った際に誘導を行う
- ・行動の切れ目や、新たな行動を始める前などに声をかける

便器が認知でき
ているか

- ・和式トイレは認知されやすい
- ・洋式便器などは、ふたを開けておくと認知できることがある
- ・濃い色の便器などは認知されにくいいため、白っぽいカバーをかける

紙が認知できて
いるか

- ・ロールペーパーからちり紙型の落とし紙（便所紙）に替える
- ・個室に入る前に紙を手渡しする

汚物を処理する
ことができるか

- ・水洗ボタンなどに目印や文字を貼る
- ・レバーではなく、ひもを引いて水が流れるような工夫をする
- ・逆行性喪失で水洗トイレになじみがない場合、無理に汚物を流させようとしない

紙おむつが分
かつ
ているか

- ・認知できていない場合は、布おむつなど他の認識しやすい排泄用品に替える

脱衣の手順が
分かっているか

- ・自分で認知できている衣類を着る
- ・襦袢や腰巻に替える

認知症の人への入浴のケア

一連の動作
ができない

拒否

プライバシー
への配慮

不眠
食欲不振

臭い
対人関係
の悪化

入浴課題と認知機能障害

認知機能障害	入浴における課題	解説
記憶障害	<ul style="list-style-type: none">・入浴しない・洗髪しない・何度も入ろうとする	新しい記憶や昔の記憶も障害を受けることで、入浴時間を忘れていたり、昔の入浴習慣を忘れてしまい、入浴のタイミングをなくしたり、入浴自体をしなくなったりする。逆に、入浴したことを忘れてしまい、すぐに入浴することもある。
見当識障害	<ul style="list-style-type: none">・入浴しない	
失行	<ul style="list-style-type: none">・身体を洗わない・洗髪しない・服が脱げない・身体を洗わない	時間や場所等の見当がつかなくなり、浴室の場所がわからなくなったり、入浴時間かどうかの判断が難しく、だんだんと入浴が億劫になり、入浴したからなくなったりする。
失認	<ul style="list-style-type: none">・入浴したからない・洗髪しない・身体を洗わない・服を脱げない	身体的に特に異常は無いのに、入浴に関する一連の動作が難しくなり、身体を洗ったり、洗髪したり、衣服を脱いだりすることが難しくことがある。
実行機能障害	<ul style="list-style-type: none">・入浴したからない・洗髪しない・すぐにあがってしまう	

認知症の中核症状に配慮したケア（入浴）

アセスメントの確認ポイント	ケアの例・留意点
浴室の場所が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・のれんを下げるなど、風呂場と分かりやすいようにする・廊下等に迷わないよう目印をつける・迷わないよう付き添って案内する
入浴の時間が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・洗面器やタオルなどをもって誘う等、途切れた時間をつなげる配慮をする・活動の区切りで入浴を促す等、動作を起こしやすい気分を作るようにする
シャワーや石鹸が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・シャワーやカランなども、できるだけ本人が認知できているものを使用する・ポンプ式の容器や、泡タイプの石鹸などの新しい器具は使いにくい場合があるため、昔からの形の変わっていない固形石鹸などを使う
お湯の出し方などが分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・ワンレバーの混合栓は、温度調整や水を出す仕組みも馴染みがないことが多いため、馴染みのない場合は、あらかじめ洗面器等にお湯を入れて用意する
脱衣の手順が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・混乱を防ぐため切る順番に渡す・急がさず、動作をまねてみる・洋服やファスナーなどが認知されないときは、衣類や帯など本人のなじみのある着衣にする

認知症の人への食事のケア

ご飯食べたかしら？

道具の使い方がわからない

味覚の低下

脱水
栄養不足

コミュニケーションの低下

食事課題と認知機能障害

認知機能障害	食事における課題	解説
記憶障害	<ul style="list-style-type: none">・食事を食べない・何度も食事を要求する・他人のものも食べようとする・食事を途中で止めてしまう	新しい記憶や、昔の記憶も障害を受け、食事時間を忘れて、食事をしたこと自体を忘れることがある。その結果、食事を何度も要求したり、他人の食事に手を出すこともある。あるいは、食事以外のことが気になってしまい、食事時間であることを忘れることもある。
見当識障害	<ul style="list-style-type: none">・食事の時間に席につかずウロウロされる・時間が分からず部屋から出てこない・状況が分からず食事を摂ろうとしない	時間や場所などの見当がつかなくなり、食事の時間や、食事場所が分からず、歩きまわったり、席になかなかつかないようなことが起こる。その結果、食事を摂るタイミングを失い、食事を拒むような状況も発生する。
失行	<ul style="list-style-type: none">・箸やスプーンが使えない・食事を摂ろうとしない	身体的には特に異常は無いのに、食事に関する一連の動作ができず、思うように食事ができなかつたり、箸やスプーンなどが上手に使えないようになる。
失認	<ul style="list-style-type: none">・食事を摂ろうとしない・箸やスプーンが使えない・食べ物以外の物も食べようとする・食べ物で遊ぶ・他人の物を食べようとする	何かを認識したり理解することが難しくなる。食事自体がわからなくなったり、食べ物が何か、食べるという行為の意味がわからなくなったり、箸などの道具の使い方や意味がわからなくなる。
実行機能障害	<ul style="list-style-type: none">・箸やスプーンが使えない・偏った食べ方をする・食事を摂らない・席につこうとしない・食事を途中でやめてしまう	動作に関する手続きや流れがわからなくなり、食事を摂るときの手順・順番がわからなくなり、食事を拒否したり、途中でやめたりするようなことも起きてくる。

認知症の中核症状に配慮したケア（食事）

アセスメントの確認ポイント	ケアの例・留意点
食事の場所が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・自分の場所が認識できるよう、いつも同じ場所の席で食べれるようにする・名前を書いたプレート、個人が気に入ったものなどを置く・迷わないように付き添って案内する
食事時間が分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・本人の目につくところに時計と食事時間を貼る・寂しくないよう周りの人が集まるときに声をかける
食べたことを覚えているか	<ul style="list-style-type: none">・本人の言動を優先し、現実を押しつけない・片づけを優先するあまり、食べたものをすぐに下膳しない・何度も食べていないという場合は、無理に我慢させないように提供する（小分けに提供する）
食べ物であると分かっているか	<ul style="list-style-type: none">・新しいメニューなどは認知されにくいいため注意する（昔からあるなじみのメニューの提供など）・刻み、ミキサーなど、原型ではないことで分からないようであれば、調理方法を工夫する・器と食べ物が同色であると認知されにくいいため、器に色を変えてみる・他の人が食べていると認知されやすいため、皆で食べられるよう大皿に盛る
食器や箸が使えるか	<ul style="list-style-type: none">・ご本人の使い慣れた食器や箸を使う・変わった形や材質の器を避け、昔からあるような定番の食器を使う・果物など、素手で食べるものは食べやすいように提供する・お茶碗でのご飯提供を、おにぎりにするなど、提供方法を工夫する・一緒に食べて、食べ方を視覚的に情報提供する
自分の食事と人の食事の区別ができていますか	<ul style="list-style-type: none">・皿が多く並ぶと迷いやすいので、皿の数を減らす・選択しやすいよう、目の前の情報量をセーブする

自分で「できる」「わかる」を支援するために

記憶を補う

マークで
分かりやすく

パターン化する

なじみの環境

モデル・ガイドする

間違いを起こしにくいように

中核症状のアセスメントと生活支援

中核症状	生活上でどのような支障をきたしているか	具体的な支援
見当識障害	場所の見当識障害があり、他の居室に間違っ入ることがある。それにより、他入居者から「周りに迷惑をかける人」などと影で言われている	居室が分かりやすいよう、表札に目印の〇〇をつけ「〇〇さんの部屋はこれが目印ですよ」と繰り返し伝え、覚えて頂く。他入居者には「迷っているときはスタッフを呼ぶか、教えてもらってもいいですか」と協力依頼する
失認	色の変わり目を段差と誤認され、フローリングの床の継ぎ目を見て「長い階段がある。怖か！」と落ち着かなくなることがある	ご本人が過ごされる居室・リビング等では、色の変わり目がない場所で過ごせるよう環境を整え、不安感を生じさせない
失行		

ただ単に認知症の疾患や症状を知識として理解するのではなく、実際の **生活にどのような支障が** 表れているかに目を向けることが大切

記憶障害

見当識障害

実行機能
障害

思考力
判断力
の障害

失語・失行
失認

認知症を原因とした生活上での間違いや中断

覚えやすさ

分かりやすさ

見やすさ

生活障害

話しやすさ

聴きとりやすさ

その方が暮らしの中で行き詰まる理由を発見し
最適な環境を作り出していくことが私たちの役割

まとめ

- 認知症の方が暮らす中で、中核症状により支障となるものには、**周りの人や環境によって変化する心理面も影響する。**
- 中核症状により、できないことを補う、介助するという考えだけでなく、**できることやわかることにも視点を置き、自らの意思で生活を営むことができる自立支援を目的としたケアが求められる。**
- 中核症状が日常生活に及ぼす影響を知ることにより、**疾病や身体機能の悪化を予防できるケアを実践することができる。**