

# 何度も同じことを聞いてくる

—もの忘れへの対応

認知症  
しち-はち-きゅう  
789  
みんなであらそ  
試して  
学んで

何度も同じことを聞いてくる



認太郎…主人公（認知症）



認太…息子

知子…嫁



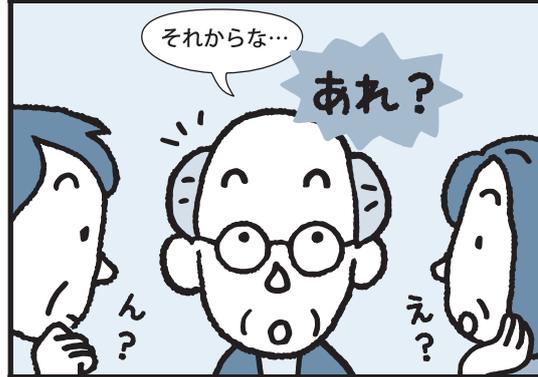
認左衛門…認太郎一家のご先祖  
守り神、お助けマン



忘れてることもあるけど、話しかけたい気持ちもあるんじゃないよ…



「先手必勝！ほれ、デイサービスの便りを見せよう！」



「楽しかったのう、よかったのう。」

\*いつもうまくいくわけではありません。

# 何度も同じことを聞いてくる

## —もの忘れへの対応

何度も同じことを聞いてくる

### 中核症状(必ず現れる症状): 短期記憶障害

記憶障害(すぐに忘れしまう)によって、ついさっき聞いたことを忘れてしまい、確認のために何度も聞き返してしまいます。答える方は、何度も聞かれるとうんざりしてしまいますが、確認したい内容は本人にとっては大事に思っている場合が多いので、その思いを理解して接するようにしましょう。

「何度言えばわかるの?」「さっきも言ったでしょう」などと返事をすると、「不安なのにわかってもらえない」「初めて聞いたのに怒られた」と本人は自信を無くし、怒りや悲しみ、不安の助長につながって、対応がますます困難になってしまいます。

このケースのポイント

どうすればいい?

#### 対応法 ①

返事の内容をメモで残し、本人の見えるところに貼っておく(「明日はデイサービスです」など)



#### 対応法 ②

本人の好きな事、興味のある事に話題を変えたり、毎回「そうだね」と笑顔で返事する(短期記憶障害を逆手に取る)。



#### 対応法 ③

人がいることで確認行動が起きる場合にはその場を離れるのも一つです。



短期記憶障害とは、脳の海馬という部分が障害されることで起こります。記憶にとどめておける時間が数分ともたないこともあるので、新しいことは覚えにくくなっています。認知症初期には比較的時間の記憶から失われていき、次第に思い出せないことが増え、それが不安につながって、何回も確認するという行動として出てきます。

記憶障害は本人に自覚がありません。ついさっき聞いたことでも「聞いたことも、答えてもらったことも記憶にない」のですから、忘れたことを責めてしまうと、細かいことは忘れてしまって「嫌な思いをさせられた」という気持ちだけが残ってしまいます。いらいらしたり、落ち込んだりしてしまい、その後の対応が難しくなってしまうので、お互いに穏やかな気持ちになれません。

このマンガのような場面では「本人が納得する声かけ」も効果的です。例えば、曜日の感覚はなくても「日曜日はデイサービスが休み」であることだけを記憶している場合には「今日は日曜日だから休みだよ」などと伝えると「そうか」と納得してくれることもあります。

医師からのアドバイス



— 青木医院 青木 かを里 (もの忘れ相談医)