

今は朝？ 昼？ 夜？

一見当識障害（時間）への対応

認知症
しち-はち-きゅう
789
みんなが
文えん
試して
学んで

今は朝？ 昼？ 夜？



認太郎…主人公（認知症）



知子…嫁



認左衛門
…認太郎一家のご先祖
守り神、お助けマン



*いつもうまくいくわけではありません。

今は朝？ 昼？ 夜？

一見当識障害（時間）への対応



中核症状（必ず現れる症状）：見当識障害（時間）

認知症の症状の一つに、「今がいつか（時間）」「ここがどこか（場所）」「この人が誰か（人）」がわからなくなるという見当識障害があります。

見当識とはもののアタリ（＝見当）をつけることをいいます。記憶が障害されていることで、自分の記憶庫にある「自分なりの常識」と照らし合わせることが難しくなり、結果、時間や場所の見当がつかなくなってしまいます。

時間の見当識では、その時間にあった行動や日課が予定通りにこなせなくなります。進行すると、日時や季節感も薄れてきます。

本人は見当識障害のために混乱するので、安心できるような対応が求められます。本人の言うことを否定せず、納得できるような対応をするといいでしょう。

このケースのポイント

どうすればいい？

対応法 ①

テレビを付け、番組を見て時間を確認してもらいましょう。



対応法 ②

日付や午前・午後（24時間表記の）の表示があるデジタル時計に替えてみましょう。



対応法 ③

カーテンは閉めたままにせず、朝起きたらカーテンを開けて軽い光を入れ、夜は閉めて暗くするなど、1日のメリハリをつけるようにします。



見当識障害は脳の「^{たいじょうかい}帯状回」という部分の機能低下が関連しているといわれています。最初は時間を計って準備する／待つという行動ができなくなり、重度化するにつれ「今は朝？ 夜？」といった日単位、「夏にコート着る」という季節単位、「まるで若い時のようなふるまいをする」といった年単位と、より大きな単位で誤りや不明が目立つようになります。

また、見当識障害はほぼ段階的に①時間→②場所→③人と進行することもわかっています。具体的には、①夜中に散歩に出かけようとしたり、②家にも「自宅に帰る」といい、③家族に向かって「あなたは誰？」と言ったりするようになります。

時間の把握や更新だけでなく、今自分の置かれている状況（どこ？ 対面しているのは誰？）自体がわからなくなっていることで、本人は大きな不安を感じます。わからないことを責められると混乱が増してしまいますので、本人が安心できるような対応が必要です。

—— 佐々木クリニック 佐々木 明（もの忘れ相談医）

医師からのアドバイス

