

# ごはん、まだ？

—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

ごはん、まだ？



認太郎…主人公 (認知症)

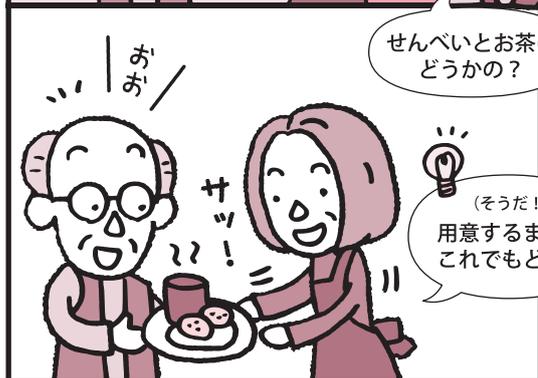


認太…息子

知子…嫁



認左衛門  
…認太郎一家のご先祖  
守り神、お助けマン



\*いつもうまくいくわけではありません。

# ごはん、まだ？

—もの忘れへの対応



## 中核症状 (必ず現れる症状)：短期記憶障害

もの忘れは認知症の代表的な症状のひとつです。食事が済んで間もないのに、「ごはんはまだか？」と催促されることがあります。これは短期記憶を保てないために食べたことを忘れてしまうということです。

「さっき食べたばかりでしょ！」と否定的な対応をすると、なかには「俺を飢え死にさせるつもりか！」と過激な反応を示す方もいます。これは家族に恨みがあって言っているのではなく、食事をしたという行為自体をすっぱりと忘れてしまうために、本人にとっては理不尽なことと感じてしまい、怒りにつながってしまうのです。

このケースのポイント

どうすればいい？

### 対応法 ①

「用意しているからお茶飲んで」と、食事の代わりになるものを提供してみましょう。(1日分を小分けにしても良いです)



### 対応法 ②

本人の興味のある話題にすり替えたり、ドライブに誘って場所を変えるのも良いです。いつでも使えるように番組を録画しておくのも良いです。



### 対応法 ③

食べ終わった食器をしばらく片付けずに置いておく方法もあります。



短期記憶障害は、脳の「海馬」という部分が障害されることで起こります。記憶をとどめておける時間が数分とたないこともあります。認知症になると新しいことを覚えにくくなるのはそのためです。認知症初期には比較的直近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ていきます。

記憶障害は本人に自覚がありません。そのため、度重なる物忘れや記憶が薄れていくことへの不安や焦りから、怒ったり混乱したりする場合があります。記憶障害で最も不安になるのは本人です。本人の気持ちを想像しながら対応することが大事です。

なるべく穏やかな気持ちで、そのたびに初めて聞くつもりで接してみましょう。

医師からのアドバイス



—原外科医院 原 毅 (もの忘れ相談医)