

# 夕暮れ時は忙しい

## 一見当識障害への対応

認知症

789  
しち-はち-きゅう  
みんぐで  
試して  
学んで  
支える

夕暮れ時は忙しい

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



先祖代々の墓



まずは状況を  
受け止めるんじや

元気だった頃の自分に  
もどってるんじやよ…

\*いつもうまくいくわけではありません。

# 夕暮れ時は忙しい

## —見当識障害への対応



中核症状 (必ず現れる症状)：見当識障害

行動・心理症状 (人により出方が異なる)：記憶の逆行、不安感

このケースの  
ポイント

認知症の方の中には、夕暮れになるとそわそわし始め、「そろそろ家に帰ってご飯の準備をしなきゃ」などと言い、外に出ていこうとしたり、落ち着きのなくなる方がいます。このような方の記憶は昔に戻っており、夕方になると慌ただしい時間に身を置いている感覚になるため、そわそわとしてしまうのです。場所に対する見当識も失われているので、自宅にいても認識できず、落ち着く場所として感じられないと不安を抱えています。そこから逃れようとして、安心できる場所を求めて帰ろう (外出しよう) としてしまうのです。また、空腹感でそわそわすることもあるので、本人が慌ただしく思う原因をていねいに探して、対応するようにしましょう。

どうすれば  
いい？

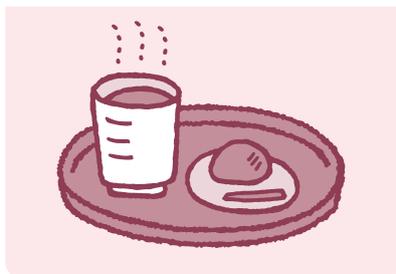
### 対応法 ①

一緒に散歩に行くなど、帰りた  
いという思いに寄り添ってみま  
しょう。



### 対応法 ②

空腹感でそわそわする時などは、  
お茶やお菓子などで小腹を満た  
してもらいましょう。



### 対応法 ③

本人の好きな事をしてもらった  
り、お手伝いをお願いして、気  
を紛らわせてみましょう。



認知症の行動・心理症状は夕方から夜間に悪化しやすくなると言われています。特に時間や場所に対する見当識障害が夕暮れに悪化するので「夕暮れ症候群」と呼ばれることもあります。

理由の一つが「生活リズムの乱れ」です。高齢になると、生活リズムをつかさどる視交叉上核<sup>しこうさじょうかく</sup>の神経細胞が減少することで、一日のリズムが少しずつ乱れていきます。そこに、周りのなんとなく落ち着かないといった環境要因や、見当識障害による状況理解がうまくできないことへの不安や焦り、さみしさといった心理的要因が加わると、さらにリズムの乱れが増大します。

心理的要因には、その方の生活歴も大きく関係しています。特に、認知症状が進行すると、本人が今生きている時間が「幼い頃」や「昔の輝いていた頃 (たいてい働き盛り)」に逆行することが、しばしば見受けられます。そういった時代の夕方は「帰宅時間」や「子どものお迎え」「夕食の準備」の時間であったため、昔でも落ち着かない時間帯だったのです。

どのような理由で本人が落ち着かなくなるのか、その理由や背景を十分考慮して対応することが、本人にとって「安心できる対応」につながります。

医師からの  
アドバイス



— 西宮医院 西宮 克明 (もの忘れ相談医)