

日常生活で気を付けたいこと **ご家族・介護者編**

ポイント1

**自分でできることは
やらせてもらう**



ご家族や介護者が何でもしてあげるといった状態は、患者さんの心身の機能がどんどん低下してしまいます。

自立した生活は自尊心を保つうえでも大切です。できることはサポートするだけにとどめ、見守ることを心がけましょう。

ポイント2

否定ではなく共感を示す



認知症では、否定や注意をすることは怒りの引き金にもなり逆効果となってしまいます。患者ご本人の気持ちに理解を示し、認めてあげるなど受け入れることを心がけましょう。

ポイント3

**健康管理・生活環境に
注意をはらう**



認知症が進行すると、適切な意思表示が難しくなるため、ご家族や介護者が患者さんの健康状態に気を付ける必要があります。

また、注意力や判断力も低下するため、日々の暮らしの中で危険なものがないか見直しましょう。