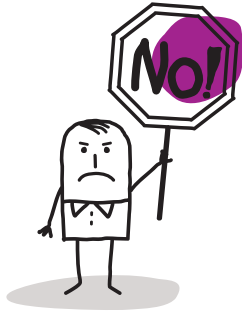


# 反抗について

RESISTANCE



## なぜこうになってしまうのか？

アルツハイマー病や認知症の人に  
見られる傾向：

- 恐怖を感じたり、自分をコントロール出来ないと感じる。
- 慌てたり、焦ったりする。
- どうしたら良いのか分からない。
- 助けを求める事を恥ずかしいと思う。
- 途方に暮れる。
- 新しい事を始めたり、複雑な事をするのが怖いと感じる。

アルツハイマー病や認知症の人は、入浴や、病院など、どこかに出かけるという通常の行動をしたがらなくなる事があります。これは、介護者にとってとても困った問題です。

## あなたにできることは？

### 理解を示し、寄り添う。

- 本人の気持ちを察する。
- 彼らの不安に耳を傾ける。
- 落ちついた態度や声で対応し、明るく振る舞う。

### 相手を尊重する

- 一人の大人(成人)として扱う。
- プライドの高さが原因で介護を拒む事もある。
- 簡単な事の決定や選択の機会を本人に与える。
- 入浴や着替えの際にはプライバシーを尊重する。

### 事前に計画を立てる

- 準備するのに十分な時間を与える。
- 物事を少しずつ、段階的にできるように考えてみる。
- それはいつも同じ時間や場所で起こりますか？もしそうなら、違う時間帯や違うアプローチで試してみる。
- 他の人が対応した方が上手くいくようですか？もしそうなら、その人に任せてみましょう。

### 上手くいかず、挫折しそうな時

- 本人が楽しいと思う事に注意を向ける。
- 一旦その場を離れる、または部屋を出るなどし、後で再度やってみる。可能であれば別の日にやってみる。
- 深呼吸をしたり、面白いビデオを見たりして気持ちを落ち着かせる。
- サポートグループに参加したり、ケアカウンセラーに相談して行動を改善するアイデアや対処法を探す。



844.HELP.ALZ  
AlzheimersLA.org

© 2022 Alzheimer's Los Angeles  
Supported by DHHS, ACL  
(#90AL0002-01-00 & 90ADPI0049)

