

Assist

[認知症]
アシスト

認知症治療に携わる医療関係者に役立つ情報を提供

薬剤師の方へ

薬剤師の 役割編

認知症の人とご家族に寄り添う

認知症の予防と 早期発見に必要なこと

[監修] 九州大学病院 精神科神経科

診療准教授 小原知之 先生

「認知症施策推進総合戦略

～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～」

(新オレンジプラン)*の7つの柱¹⁾

- ① 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
- ② 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
- ③ 若年性認知症施策の強化
- ④ 認知症の人の介護者への支援
- ⑤ 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
- ⑥ 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進
- ⑦ 認知症の人やその家族の視点の重視

* 団塊の世代が75歳以上となる2025(平成37)年を目指し、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会を実現すべく、「認知症施策推進5か年計画」(オレンジプラン)(2012(平成24)年9月厚生労働省公表)を改め、新たに策定された。

認知症の予防について

[監修] 九州大学病院 精神科神経科 診療准教授 **小原知之** 先生

近年、認知症の人の数は増加の一途であり、認知症の早期発見が重要視されています。2015年1月には、厚生労働省より認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)が発表されました。これからの薬局薬剤師には、認知症または軽度認知障害の人の状況に応じた服薬指導などを適切に行うことが求められています。また、地域に多く存在する薬局が認知症の相談を気軽にできる場所となることが大切です。

認知症の予防のためのポイント²⁾

認知症は、**運動や食事などの生活習慣を改善し、生活習慣病をコントロール**することで、予防できる可能性があります。

アルツハイマー病の危険因子のうち、年齢はどうすることもできませんが、環境要因や生活習慣、生活習慣病は個人の努力で改善することが可能です。

認知症予防のためにできるのは、脳と身体をいつまでも健康に保つように、生活習慣病をコントロールして生活習慣を改善することです。具体的には、定期的な運動などの生活習慣がすべての成人に推奨されています。直接発病を予防したり遅らせたりできるかは不明ですが、これらを続けていくことは、長く健康を維持して幸せな人生を送ることにつながるでしょう。

認知症を予防する生活習慣

- ① 定期的な運動
- ② 野菜の多い多様性に富む食事
- ③ 社交や知的な活動
- ④ 糖尿病のコントロール
- ⑤ 高血圧の改善
- ⑥ 高コレステロールの改善
- ⑦ 適正体重の維持
- ⑧ 禁煙
- ⑨ 抑うつ気分の治療



2)久米明人, 山村恵子, 認知症 気づける わかるケアできる Q&A50, 17, じほう, 2016.より改変

認知症の早期発見について

認知症の早期発見のポイント²⁾

認知症の早期発見のポイントとして、季節に合わない服装をしていたり、怒りっぽくなるなどがあります。また、ご家族が最初の変化に気づいた様子としては、もの忘れが頻繁になるなどがあります。

軽度認知障害(MCI)の段階で治療を開始すれば今の状態を長く続けられるということを説明し、かかりつけ医あるいは専門医を受診するようにアドバイスしましょう。

早期発見のポイント

1. 服装がちぐはぐ

夏になっても冬の下着が袖口から見えるなど、季節感がわからなくなることがある。

2. 怒りっぽくなる

怒り方が以前より激しくなる。
理由がわからずに悩むこともある。

3. 出不精になる

散歩に出て家に帰れなくなった経験があると、外出するのが心配になり、好きだった買い物や喫茶店通いも億劫がるようになる。

4. 「薬がない！」と訴える

話の内容がちぐはぐの場合は、“ひょっとしたら…”と疑い、可能な場合にはご家族にも事情を聞く。

5. 万引きをすることも

悪いという認識がない場合には、認知症も疑われる。

6. おしゃれをしなくなった

お化粧品やおしゃれをしなくなることがある。

7. 支払いがいつもお礼ばかりになる

消費税分を逆算しての支払いができなくなったり、小銭持ちになることもある。

2)久米明人, 山村恵子, 認知症 気づける わかるケアできる Q&A50, 11, じほう, 2016.より改変

ご家族と認知症の人が最初の変化に気づいた様子³⁾

(複数回答)

認知症の人の様子	人数(%)	
	ご家族 (n=191)	認知症の人 (n=170)
もの忘れが頻繁になった	135 (70.7)	109 (64.1)
同じことを何度も言ったり聞いたりするようになった	119 (62.3)	80 (47.1)
物の置忘れが増えた・物をなくす	110 (57.6)	92 (54.1)
家事、仕事、運転等のミスが増えた	69 (36.1)	49 (28.8)
約束を忘れた	66 (34.6)	54 (31.8)
文章や相手の話がわかりにくくなった	49 (25.7)	48 (28.2)
些細なことでイライラするようになった	46 (24.1)	32 (18.8)
周辺への気遣いができなくなった	38 (19.9)	20 (11.8)
文章や漢字が書けなくなった	37 (19.4)	59 (34.7)
眠くはないのに、眠気が来た時のように、ぼんやりした状態になった(ことがある)	30 (15.7)	27 (15.9)
服装を選ぶのが難しくなった	30 (15.7)	28 (16.5)
トイレを失敗した	21 (11.0)	16 (9.4)
体を動かしにくくなったり、小刻みでしか歩けなくなった	15 (7.9)	17 (10.0)
文字が読めなくなった	12 (6.3)	20 (11.8)
実際にはないものがみえる	11 (5.8)	8 (4.7)
文字が見えにくくなった	9 (4.7)	14 (8.2)
寝ているときに大声で叫んだり、暴れることがある(と言われた)	7 (3.7)	6 (3.5)
その他(物を盗られたと言うようになった、計算ができなくなった、うつ状態になった等)	23 (12.0)	9 (5.3)
まわりから指摘されるまでわからなかった	11 (5.8)	23 (13.5)

【方法】 2015年12月～2016年1月末までの2ヵ月間に認知症の人とご家族に対してアンケート調査を行った。

3)公益社団法人 認知症の人と家族の会, エーザイ株式会社「認知症初期の暮らしと必要な支援—認知症の人と家族からの提言—」2017.3.より作表

2)久米明人, 山村恵子, 認知症 気づける わかるケアできる Q&A50, 17, じほう, 2016.

薬局・薬剤師に求められる役割

薬剤師には、**認知症の人の様子を注意深く観察し、認知症の人の生活に着目して一步踏み込み、認知症の人の状態をより把握し、専門的な対応につなげる**ことが求められます。また、医薬品に関することのみではなく、認知症になる前の段階から認知症の人を支える段階までのあらゆる段階で、地域の様々な専門機関や他職種、行政などと連携して支えることが求められています。

認知症を知り、薬物治療を支え、認知症の人が地域で暮らせるよう生活を支えていく薬剤師が増えることが期待されています。

薬局・薬剤師の役割⁴⁾

- 認知症の疑いに気づくことができる
- 認知症の疑いに気づいたとき、**速やかにかかりつけ医と連携して、適切に対応できる体制をつくる**
- **地域包括支援センターなどの関係機関や他職種と連携して**認知症の人とご家族を支える
- 認知機能の低下がもたらす服薬行動への影響に配慮し、きめ細かな薬学的管理や服薬指導を行い、**薬物治療が適切に行われる環境を整え、支援する**

薬学的管理と服薬指導におけるポイント⁴⁾

処方医・かかりつけ医との連携

- 服薬状況の確認から一包化や剤形変更を提案し、服薬支援を行いましょう
 - 例
 - 飲み忘れや見間違いに対し、一包化を提案する。
 - 飲み込みがうまくできないときは、口腔内崩壊錠やゼリー剤などへの剤形変更を提案する。
 - 服薬確認が困難なときには、貼付剤への変更を提案する。
 - 残薬の場合には、服薬回数を減らせるかどうかを医師とよく話し合ってみましょう

認知症の人への確認

- 独りでの服薬をなるべく避けるために、事前に、服薬を支援する人の存在を確認しましょう
 - 例
 - 独居であるか
 - 同居者はいるか
 - 同居者は管理の手伝いができるか
 - ヘルパーや同居していないご家族などで定期的にかかわれる人がいるか
- など

かかりつけ薬局・薬剤師だからできること

「かかりつけ」は認知症の人側の言葉であり、認知症の人が選ぶ薬剤師、薬局であることを示します。 **かかりつけ薬局・薬剤師とは、「認知症の人に選ばれた」薬局・薬剤師**ということです。

かかりつけ薬局・薬剤師の場合、薬局での対応の様子や服薬状況の変化に気づける可能性が高くなるため、気づこうとする意識を持って業務に当たることが重要となります。

かかりつけ薬局・薬剤師が関わることの効果⁴⁾

- 地域住民・患者さん及びご家族と **顔の見える関係、継続的な関係**を築けているからこそ、患者さんの様子の変化や服薬状況の変化などから認知症の疑いに気づくことができる
- 日ごろから **地域の医療機関、関係機関と連携**して業務を行っているからこそ、認知症の疑いがある人をスムーズに早期対応につなげることができる
- **継続的な薬学的管理**を行っているからこそ、認知症の人の薬物治療においても最適な環境を整え継続的に支援することができる
- **認知症を理解し、他職種との連携**のもと、認知症の人の生活や治療を支えていくことができる

認知症の人への対応のキーワード⁴⁾

- 服薬指導、地域の中での認知症の徴候のある人に対する「**気づき**」
- かかりつけ医などとの連携により早期診断・早期対応への「**つながり**」
- 在宅医療を含め適切な薬物療法（薬学的管理）を実施し、治療と生活を「**支える**」（状態に応じた服薬指導）

4) 薬剤師分科会 編, 薬剤師認知症対応力向上研修テキスト, 平成28年3月.

「気づき」、「つなぎ」、

認知症の人への対応の心得として、①驚かせない、②急がせない、③自尊心を傷つけない、の“3つの「ない」”を心がけることが大切です。

また、コミュニケーションを高めるために、認知症の人に寄り添い意思をくみ取ることや、認知症の人だけではなくご家族への支援も重要であることを意識しましょう。

認知症が疑われる人との会話例²⁾

認知症が疑われる人

「最近、もの忘れが多くて困っています。」

薬剤師

「誰でも歳をとると、人の名前がすぐに出てこなかったり、ちょっとしたもの忘れが増えてきます。日常生活に影響があったり、ご家族から指摘されることが増えているようであれば、医師に相談してみてもいいでしょうか。」

解説

高齢者でももの忘れが多くなるのは、加齢とともに神経系の伝達が遅くなることによります。もの忘れは、正常な老化現象のうち極端な症状と考えられますが、日常生活に重大な影響を及ぼすことはなく、決して病的な老化の始まりでもありません。また、もの忘れは、ご家族以上に本人が深刻に悩んでいる場合、多くは単なる正常の老化現象です。しかし、日常生活に影響が出ていたり、ご家族や周囲の人から指摘されている様子であれば、認知症の可能性が否定できませんので受診を勧めましょう。

認知症が疑われる人のご家族との会話例²⁾

認知症が疑われる人のご家族

「親のもの忘れがひどくなりました。早く受診させるべきでしょうか？ また、受診を拒否するのですが、受診させる上手な方法はありますか？」

薬剤師

「早期に対策を講じられるので、できるだけ早く受診するよう説得してください。認知症とは伝えずに、『身体が心配だから、せめて内科の検診を受けて欲しい』と話してみてもいいでしょうか。」

解説

認知症は、早期に診断がつくと早くから治療を受けられ、治療の効用を得られる機会が増えます。受診の際には受診先にあらかじめ連絡しておくことで、認知症の検査とは気づかれずに診察と検査を進めてもらうこともできます。

「支える」ための対応

ご家族との会話例²⁾

ご家族

「家族が認知症と診断されて不安です。
これからどのようなことを心がけて過ごしたらよいのでしょうか？」

薬剤師

「不安ですね。地域で情報源を見つけることや、
周囲の支援を求めること、そして前向きに生きることを
心掛けてみてはいかがでしょうか。」

解説

地域で必要な情報が得られる場所として、専門の医師、看護師、ケアマネージャー、ケースワーカー、患者家族会、老人ホームや施設などがあります。

認知症は認知症の人とご家族の生活を大きく変えてしまいますが、良いことや悪いこと、楽しいことや面白いことなど、人生の様々な瞬間はそれでも続いていきます。例えば、毎朝1杯のコーヒーをじっくり楽しんだり、好きな映画を観たりして、**前向きな気持ちで、ゆとりのある人生を送るように心がけることを提案しましょう。**

認知症の人との会話例⁵⁾

認知症の人

「薬の管理がうまくできずに困っています。
よい管理方法があれば教えてください。」

薬剤師

「**カレンダーにその日に飲むお薬を貼り付ける方法**はいかがでしょうか。
また、ご家族や、近隣にお住いのご友人やお知り合いの方はいらっしゃいますか？**いらっしゃる場合には、服薬タイミングの声かけや管理の手助け**
をお願いしてみてはいかがでしょうか。」

解説

1週間あるいは日めくりカレンダーを利用しても飲めなかったり、飲み過ぎたりすることはあります。

その場合には、支援者が重要になります。

〈支援者の具体例〉

- 近隣の友人・知人による服薬タイミングの声かけや管理の手助け
- 同居するご家族による毎日の声かけ
- 薬剤師や訪問看護師、ヘルパーなどによる定期訪問時の管理
- 不定期訪問であるが、子、孫らによる服薬の声かけ
- デイサービス、デイケア参加時の声かけ など

日めくりカレンダーを利用した例



日めくりカレンダーに
一包化したお薬を貼って管理する

5)川添哲嗣, 在宅医療Q&A 令和3年版 服薬支援と多職種協働・連携のポイント(日本薬剤師会/監), 116, じほう, 2021.より作図

2)久米明人, 山村恵子, 認知症 気づける わかるケアできる Q&A50, じほう, 2016.

5)川添哲嗣, 在宅医療Q&A 令和3年版 服薬支援と多職種協働・連携のポイント(日本薬剤師会/監), 115-116, じほう, 2021.

認知症の人とご家族との コミュニケーションツールと認知症情報サイトのご紹介

コミュニケーションツール

認知症の人向け



ご家族向け



認知症情報サイト

認知症情報サイト

Assist

アシスト

認知症治療に携わる医療関係者や認知症の人やご家族向けに
役立つ情報を豊富にご用意しています。

アクセス方法



1 第一三共エスファコーポレート
サイトの「医療関係者向けサイト」を
クリックしてください。



2 「医療関係者向けサイト」TOP画面の
中段「認知症情報サイト Assist」の
バナーをクリックしてください。



3 AssistのTOPページからさまざまな
コンテンツをご覧いただけます。



エスファ 認知症アシスト

検索

<https://med2.daiichisankyo-ep.co.jp/dementia/>



お問い合わせ先

第一三共エスファ株式会社 お客様相談室

☎ 0120-100-601

受付時間: 平日9:00~17:30 (土・日・祝日・弊社休日を除く)

フリーダイヤルが
ご利用いただけない場合 ☎ 03-3548-2218

夜間・休日
緊急時の
お問い合わせ先

日本中毒情報センター 第一三共エスファ受付

☎ 0120-856-838

受付時間: 平日17:30~翌9:00及び土・日・祝日・弊社休日



第一三共エスファ株式会社

<https://www.daiichisankyo-ep.co.jp>