

# No.6

こんにちは。オレンジカフェの松井です。現在、緊急事態宣言中のため、6月もオンライン（zoom）のみでカフェを行いました。

先月に引き続き、話し合われた内容につきまして、参加できなかった皆さまにもご紹介していこうと思っております。

それでは、次回、7月（**2021年7月28日(水)14:00～、オンライン開催**、URLはのちほどお送りいたします。）も皆さまの御参加をお待ちしております。

今後ともどうぞよろしく願い申し上げます。

## ☕水分補給について

・若い方だと炭酸飲料水が親しまれていますが、普段から飲み慣れていない方だと、甘い炭酸は飲みづらい方もいらっしゃるようです。好みに合わせて、バラエティーに富んだ水分摂取方法を知っておくことが困ったときに役立ちそうですね。

・また、トイレに行きたくなることを恐れて、水分をあまり接種したくないと考えられている方も多いようです。まずは、飲みたくない理由を聞き取り、そのニーズに合わせて環境調整を整えておくことも必要なのかもしれない。

<http://www.tokiwa.or.jp/welfare/onahama/column/13.html>



## ☕治験

アデュカヌマブ (Aducanumab)は6月7日に米国で迅速承認されました。年間56000ドル（約600万円）くらいかかるようです。

## ☕認知症の方の熱中症の予兆

熱中症の初期には、  
「めまい」「立ちくらみ」「筋肉痛」  
「手足がつる」  
状態が進むと、

「頭痛」「めまい」「吐き気」「嘔吐」  
「倦怠感」

上記のような症状に気づいたら、

- ①水分補給
- ②身体を冷やす
- ③救急外来のある病院を受診

上記を見逃すと、けいれん発作・意識障害が出現し、生命にも危険が及ぶ可能性がでてくるようです。

[https://info.ninchisho.net/column/psychiatry\\_065](https://info.ninchisho.net/column/psychiatry_065)

## ☕BPSDに対する対応

ご家族としては、BPSD行動に対し、イライラして怒ってしまうこともあるかと思えます。

ただ、認知症の方は物事を忘れてしまったとしても、怒られたなどのネガティブな感情は、情動をつかさどる部分（扁桃核）に残ってしまうようで、それにより被害感が強くなってしまう可能性もあります。

それに対応している介護者のストレスがたまってしまっても考え合わせると、それらの行動を笑いに変えるというのも1つの手段のようです。認知症の方も介護者の方の両者の生活の質が上がると良いですね。

### 【笑いの効果】

- ・免疫力や自然治癒力が高まる
- ・交感神経と副交感神経がバランスよく働く
- ・腹筋や横隔膜が鍛えられ、排便がラクになる
- ・ストレス解消になる
- ・脳が活性化
- ・人間関係を円滑にする

<http://www.tokiwa.or.jp/welfare/onahama/column/14.html>