

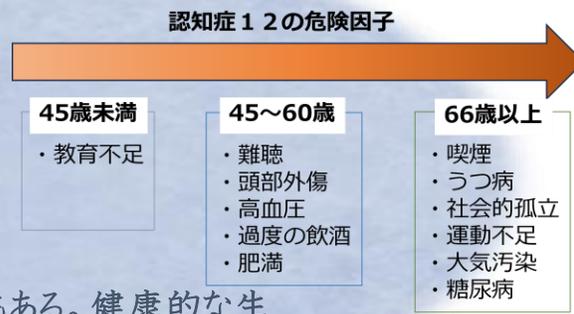
オレンジカフェの振り返り No.39

こんにちは。オレンジカフェスタッフです。
新年度がスタートし、第1回目のオレンジカフェを会場とオンライン(zoom)で開催しました。
今回から新しく長田先生が仲間入りされました。
先月に引き続き、話し合われた内容について、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。



● 認知症原因因子について

聴力が落ちると、認知症になりやすいといわれる。
聞こえないと、コミュニケーションを諦める場面も出てくる。
補聴器を使用し、聴力を補うのもよい。
また、笑いで認知症が改善するというデータもある。健康的な生活を送ることが望ましい。



出典：[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30367-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30367-6/fulltext) より作図

● 高齢者の健康診断について

「認知症があると、健診や検査が難しいと言われた。」→体の不調から「もの忘れ」の症状が出ることもある。認知症があると、体の不調を訴えにくい。
検査の種類によっては、ご本人が耐えられるか(例えば、MRIなど狭い空間で長時間いられるか)も考慮する必要がある。病院が怖いところという印象を与えてしまうと今後の治療にも影響する。ご本人の状態にあわせて出来る検査を受ける。

● ご自身の意思を伝えるために

延命治療について

- ・公式のフォーマットはないのではないか。
- ・かかりつけ医と共有しておくといよいのではないか。
- ・独居の方が救急搬送された場合、救急隊員が見てくれるかどうか心配。→保険証の裏にし明記すると良いのではないか。

エンディングノートについて

- ・元気なうちに書いておく。
- ・都度、家族と見直しをする。
- ・2冊準備するのが良い。
1冊目は誰が見てもいいもの。
2冊目はお金のことなど身近な人へのもの。
- ・エンディングノート講習会もある。



● 認知機能は誰でも下がるもの

ご本人の状態に合わせて、さりげなくサポートや声掛けをする。
ご本人ができることは、なるべくやってもらうようにする。体や脳を使うことで、進行予防につながる。
～何か起きた時のために家族で話し合おう～
「アドバンス ケア プランニング(ACP)」
東京都保健医療局のHP
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/zaitakuryouyou/acp_booklet.html



4/28(日)
3歳のお誕生日を迎えました！
これからも仲良くしてね。

次回もオンライン(zoom)と会場の同時開催です。
日時:2024年5月22日(水)14:00～
会場:教育研修棟(多目的ホール)
皆さまの御参加をお待ちしております。