

## ひなたぼっこ

## 第3回 4大認知症の一つ【レビー小体型認知症】



## レビー小体型認知症とは？



脳の神経細胞に「レビー小体」というたんぱく質のかたまりができ、それが神経細胞を傷つけ壊すことによって認知症になってしまいます。運動症状（体のこわばりやすくみ足）が主に出現するとパーキンソン症と診断され、認知症が主に出現するとレビー小体型認知症と診断されます。

## レビー小体型認知症の特徴

## 認知機能の低下

機能の低下・理解力・判断力などの低下



## 幻視（錯視・誤認妄想）

実際にはない物が見え、聞こえないはずの音が聞こえる。ゴミが虫に見える等。

## 認知変動

日や時間帯によって頭がはっきりしている時とボーとしている時があり状態のいい時は認知症を疑うほどしっかりとしている。



## パーキンソン症状

手足がふるえ筋肉がこわばり動作が緩慢になり小刻み歩行が見られる。



## 睡眠異常行動

睡眠中に大声で叫んだり暴れたりする。



## 抑うつ状態

気分が落ち込み悲観的になり意欲も低下する。

## 自律神経症状

立ちくらみ・便秘・尿失禁など体調に不調がみられる。

## 治療と改善

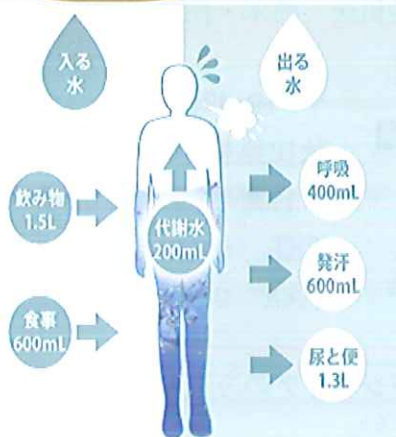
レビー小体型認知症そのものを治す治療はなく今現在の症状に対する薬を使用して効果を見ることしかないようです。

認知症の改善は「毎日の生活の行ない・食事」によって左右されるそうです。その中には水分摂取も含まれます。認知症の方は一日の水分摂取量が500ml以下の方がほとんどです。水分が少ないと体内環境が悪くなり老廃物が貯留し全身の機能低下となり認知症の悪化へとつながります。水分摂取が認知症改善に必要なのです。

水分摂取量の目安 **体重 (kg) × 30**

\* 体重 60 kg の人は  $60 \times 30 = 1800\text{ml}$  となります。

皆さんも意識して水分補給をしましょう。





# ひなたの家での活動

## ☆ 日常の様子 ☆



新型コロナウイルス感染防止の為、外出を自粛させて頂き、室内の活動に力をいれました！！

【左】りんごの皮むきや下処理などしています。

【中央】風船バレーで元気に体を動かしています。

【右】作品作りに集中して取り組まれています。

## ひなたの家★壁画クラフト制作



🌸 梅の花です。

🐟 鯉のぼりです。

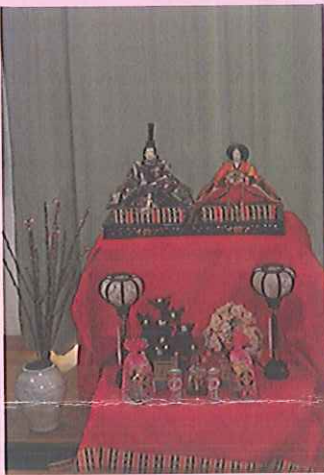
🌸 3月から5月の壁画クラフトが完成しました♡

🌸 季節を感じられる、素晴らしい作品です！！

## 🌸 ひな祭り 🌸



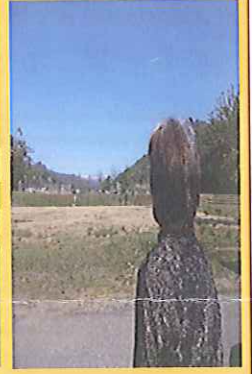
ひな人形を飾り、昼食は赤飯、お吸い物、煮物、ゆず入り大根なます、カラフルゼリーを頂きました。お茶の時間にひな祭りの歌を歌い、桜もちと甘酒で、ひな祭りを楽しみました。



## 🌸 お花見 🌸



ひなたの家の前の桜が満開になり、天気が良ければお花見日和!! いつもであれば近くの公園へお花見に出かけますが、あいにくの自粛期間にて外出ができない状況です。そこで晴天の日、散歩に出かけ、玄関前のちょうど満開の桜や遠くの山々の景色、真っ青な空、春の空気を楽しみました!



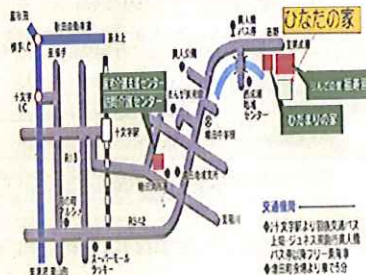
## 編集後記

新型コロナウイルスの感染予防のため、面会の中止等ご協力を頂いております。徐々に収束してきておりますが、今月予定していた毎年恒例のBBQが延期となりました。代わりに別の企画を計画中です。今後も皆さんに楽しんで頂けるよう、室内活動の充実等工夫していきたくと思います。

発行・編集/認知症対応型共同生活介護

グループホーム ひなたの家

広報委員会 鈴木・佐藤・瀧澤



〒019-0703

秋田県横手市増田町

吉野字梨木塚 95-2

TEL 0182-55-1158

FAX 0182-45-2280

ひなたの家では、慰問やボランティアの方を募集しております。お気軽にお問い合わせ下さい。