

第1章 おとしよりの理解と接し方

1. おとしよりを理解するために

1) おとしよりを理解するために

①個別的に考えること

ひとりひとり異なる存在であることを大切にしましょう。

②多面的に考えること（身体的、心理的、社会的）

家庭での人間関係、転居など社会環境の変化も心や体に影響を与えます。

心身の調子、社会的な状況などを多面的に考えましょう。

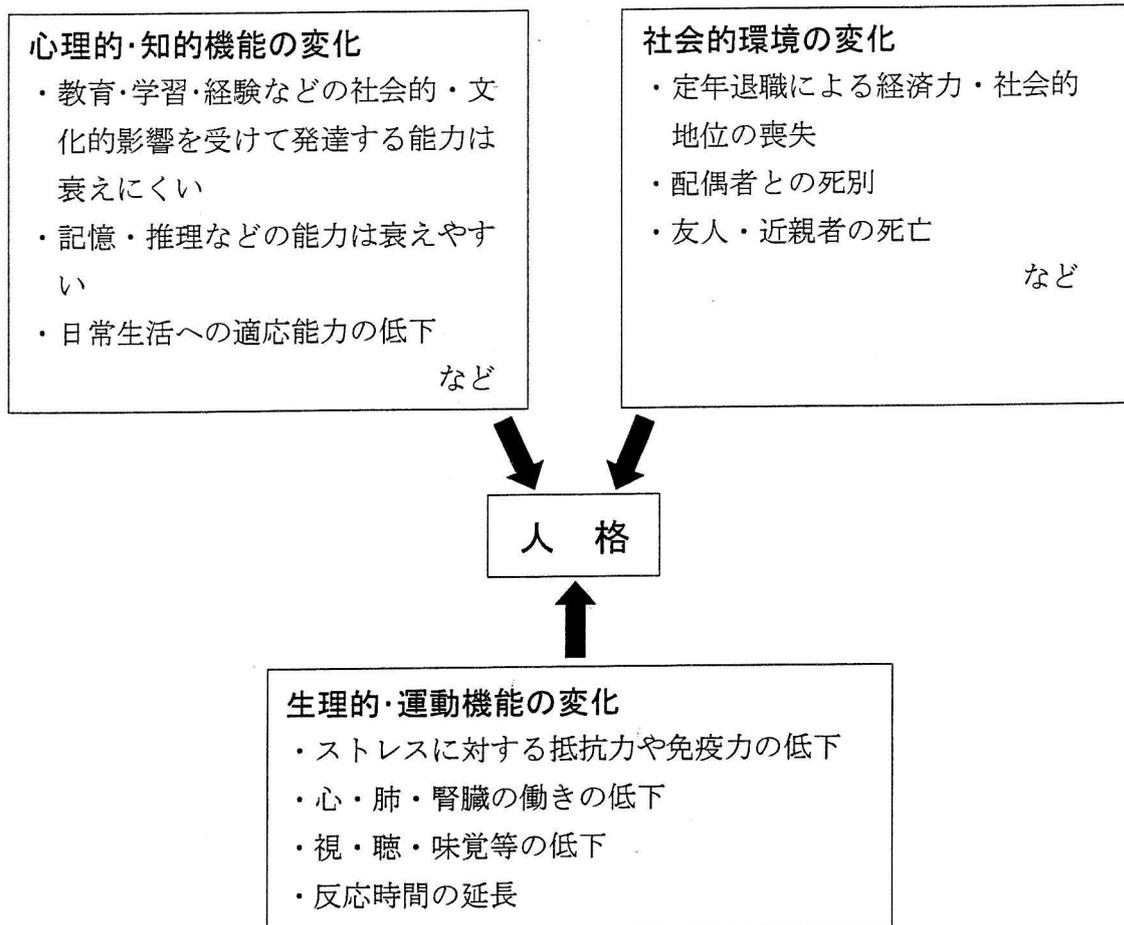
③人生の流れの中に考えること

おとしよりの人生経験を尊重しましょう。

2. “老化” について

1) 老化とは

老化とは、成熟期以後、加齢（年をとること）にともなって徐々に現れ、しかも確実に進行する生体の変化です。そしてそれらは、生物学的な要因は当然のことながら、社会的要因と個人の心理的要因との総合的かつ相互作用的な変化です。そしてさらに個体差（個人差）が認められるという特徴があります。



2) 老年期に起こる精神身体的機能の変化

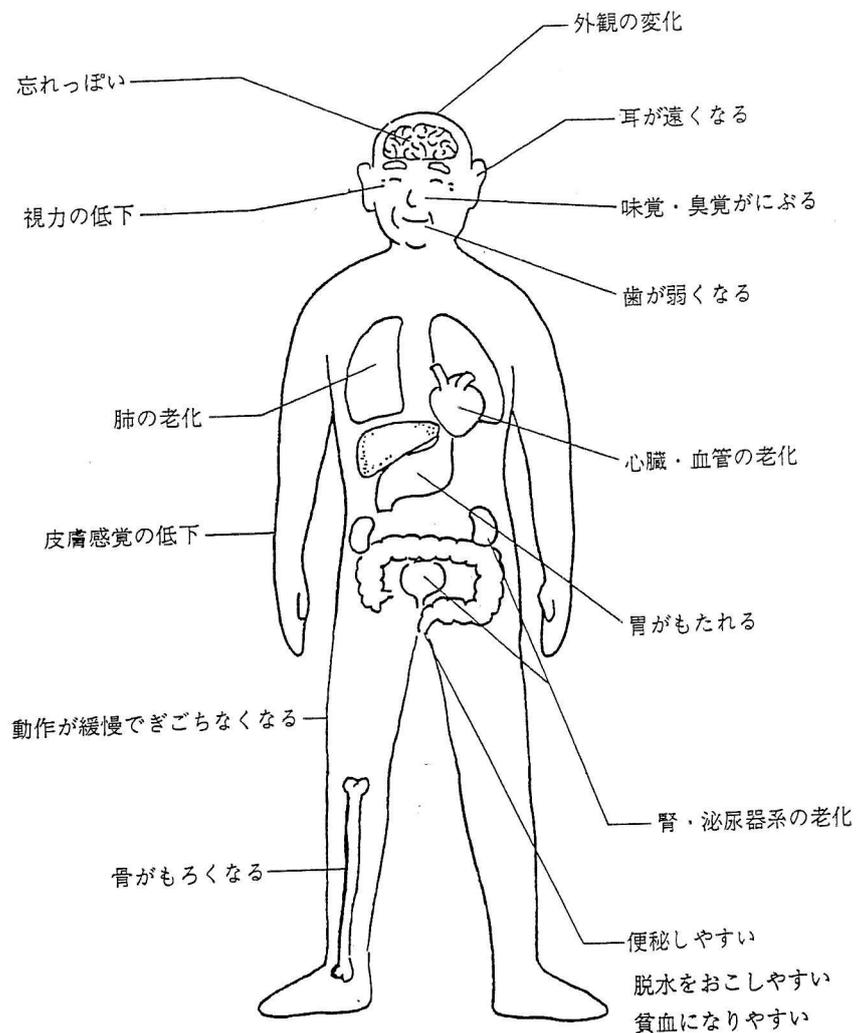
- (1) スピードの低下
- (2) 予備能力の減少・柔軟性の減少
- (3) 生理的老化と病的老化

3. 体の特性を理解する

老化による体の不調は、若い元気な者にはわかりにくいものです。
おとしよりの体の特徴を理解して思いやりのある心で接しましょう。

1) おとしよりの体の特徴

しわがよったり白髪になったり歯が抜けたりというような外見上の変化（構造的変化）だけでなく、機能の面でも動作や反応が遅くなるなど変化が現れます。視力・聴力などの感覚機能の低下をはじめとして、循環器系、呼吸器系、消化器系などいろいろな身体的機能が低下（機能的低下）してきます。



4. こころの特性を理解する

体が衰えることによって、意欲も薄れ、独りぼっちになった感じがしたり、さびしい思いがします。

温かい言葉かけを心がけましょう。

1) おとしよりのこころの特徴

(1) 記憶

(2) 知能

(3) 性格

5. おとしよりの病気を理解する

1) おとしよりの病気

(1) おとしよりの病気の特徴

- ① 病気にかかりやすく治りにくい。
- ② 原因不明のことが多い。
- ③ 合併症・慢性疾患が多い。
- ④ 症状がわかりにくい。
- ⑤ 寝たきりになりやすい。～体が元に戻りにくい。

(2) おとしよりに起こりやすいからだの病気

- ① 高血圧
- ② 動脈硬化
- ③ 心臓病
- ④ 脳卒中
- ⑤ 癌
- ⑥ 骨粗しょう症
- ⑦ 肺炎
- ⑧ 糖尿病
- ⑨ 脱水

(3) おとしよりに起こりやすいところの病気

- ① 認知症
- ② うつ病、うつ状態
- ③ せん妄
- ④ 不安、心気状態
- ⑤ 幻覚、妄想状態

6. おとしよりの健康状態に注意する

1) 病気の観察の仕方

(1) いつもと変わったことがないか観察する。＝普段の健康状態を知っておく。

- ① 元気かどうか
- ② 顔色や表情はどうか
- ③ 食欲はどうか
- ④ 睡眠の状態はどうか
- ⑤ 排泄の状態はどうか
- ⑥ 話し方はどうか（言語の明瞭性など）
- ⑦ 理解力はどうか
- ⑧ 目・耳・口・皮膚の状態はどうか
- ⑨ 日常生活動作（ADL）はどうか

(2) かかりつけの医師の指示をよく聞いておく。

(3) バイタルサインについて

- ① 体温
- ② 脈拍
- ③ 呼吸
- ④ 血圧
- ⑤ 意識の状態