



認知症家族教室



H29年5月27日（土）第35回認知症家族教室を開催しました。

今回は、「認知症とお薬について」をテーマに、入院・外来通院患者のご家族8名に参加いただきました。

西島薬剤師から、認知症治療薬の種類やそれぞれの特徴・副作用について、認知症治療薬では、言動・表情が穏やかになる、脳内の情報伝達がスムーズになる事もあるとお伝えすると熱心にメモを取られるご家族もいらっしゃいました。

認知症サポート医 洪Drからは、ご家族に向け、介護でストレスを抱えない「介護者自身のセルフケア」について、お伝えしました。

介護でストレスを抱えないセルフケアとは、まずは、介護者が客観的に自身を振り返り、ストレスに気づくこと。、そして、次のステップとして、『愚痴をはく』『自分をほめる、ねぎらう』『自分の支えになる人や物を見つける』ことが、認知症の方を介護する上でストレスに気付いたときの対処方法であると説明がありました。

今回ご参加頂き、お薬や介護者のセルフケアの話に関心を示されたご家族から『今後のご関わりの中かで、とても参考になり、前向きな気持ちになれた』との感想を頂く事ができました。

今後も、認知症家族教室が介護者となるご家族の「支えになる場」としてより多くのご家族に参加頂けたらと思います。