

ワンポイント介護

お互いが幸せな介護

介護する人・される人のどちらも幸せに暮らせる介護を実現できるように、介護の実態を知っておきましょう。

● 介護が必要な人の兆候

認知機能の障害や身体機能の衰えにより、日常的な動作に支障をきたすようになったら、介護の必要性について考えてみたほうがよいでしょう。たとえば、次のようなことに心当たりがあれば注意が必要です。

- * 食事、入浴、トイレが一人でできなくなった。
- * 薬の管理ができなくなった。
- * 道に迷いやすくなった。
- * 買い物や金銭管理にミスが出るようになった。
- * 1か月以上の長期入院。
- * 日常生活に支障をきたすような物忘れがある。

● 介護が始まった原因

介護が必要になった原因として最も多いのは「認知症」で、次いで「脳血管疾患（脳卒中）」「高齢による衰弱」が続いています。

前期高齢者（65歳～74歳）と後期高齢者（75歳以上）を比べてみると、前期高齢者は「脳血管疾患（脳卒中）」が最も多く、約40%を占めています。

一方、後期高齢者では、多い順から、「認知症」「高齢による衰弱」「転倒・骨折」となっています。

※「介護が必要かな？」と思ったら地域包括支援センターやケアマネジャー等に相談しましょう。

安全・やさしい介護術 参照