

在宅介護サービス向けの 有用な情報

新型コロナウイルス (COVID-19) について、および認知症を患っている方のサポートについての、在宅介護サービス提供者向けの情報

ここに挙げる内容は、新型コロナウイルス (COVID-19) に対応すべく高齢者介護サービス提供者が導入している感染症管理策に加えて検討することができる、認知症を患っている方のための取り組みの案です。認知症を患っている方の健康状態に懸念のある方は、その認知症患者のGP (かかりつけ医) に直接相談してください。

認知症により影響を受けている方たちをサポートするためのとりあえずの取り組みの案は以下に記されていますが、**National Dementia Helpline** [全国認知症ヘルプライン] (電話: **1800 100 500**) にお問い合わせいただければ、より詳細な情報を得られます。

役に立つ情報と、取り組み方

新型コロナウイルスについて高まっている不安を軽減しましょう

- 提供される情報が、必ず信頼できる当局 (例: オーストラリア連邦保健省) から発信された情報であるようにする
- テレビで24時間サイクルで流れるニュースを消して、メディアからの情報を最低限に控える
- メモリー・エイド (記憶補助具) や視覚的プロンプトを使って、現在の状況をシンプルなかたちで説明する
- マスクや保護具の使用について、安心させてあげる
- 利用者の声や懸念事項に耳を傾ける時間を取る

- 利用者の気持ちや感情を肯定し、受け入れる(バリデーション)
- 安心させてあげる
- 利用者と一緒に時間を過ごすときは具合や気分をたずね、何か質問がないか確認する
- あなた自身の不安や懸念事項を利用者の前で話すことは控えるように努める
- 「パンデミック」や「危機」などのネガティブな言葉の使用は避ける

サービス提供への障害を最低限に

- 通常の日課／ルーティンを可能な限り維持する
- 日課／ルーティンを維持できない場合は、利用者と(状況に応じてその家族ないし介護者も交えて)協力して、サービスを提供するための代替策を定める
- 社会的なサポートの代替案を探しているのであれば、以下のアプローチを検討するのも良いでしょう：
 - 認知症を患っている方に、椅子に座った状態または自宅内でできる、軽い運動をすることの検討を勧めてみる
 - 本や雑誌、ジグソーパズル、音楽、編み物、テレビ／ラジオ番組など、既に利用できる状態にあるアクティビティを活用する
 - 軽いウォーキングに行ったり庭に出たりして、外の新鮮な空気と自然の光に触れる

身体の健康の維持

- 認知症を患っている方は、適切な手指衛生を維持するために通常よりも多くのサポートを必要とする場合があります。以下の5つの項目は、認知症患者のための手指衛生に特化して紹介する取り組みの例です：
 - 認知症を患っている方が手洗いは石鹸を使って20秒以上かけることを忘れないようにするために、バスルーム／お手洗いやその他の場所に認知症患者にも分かりやすい手洗い手順を表示することを検討する。
 - 隅々までしっかり洗う手洗いを実演して見せる。認知症を患っている方が手洗いに20秒以上かけることを促すために、歌を歌いながら手洗いすることも検討する。

- 認知症を患っている方が手洗いのために洗面台／シンクまで行くことができない場合は、手洗いの代わりに手早く使えるものとして、消毒液や除菌シートなどが考えられる。消毒液は、手が目に見えて汚れていない状態でのみ有効なので、注意する。
- 咳やくしゃみは手ではなく腕やティッシュで覆うように推奨し、ティッシュで覆った場合は必ずそのティッシュをゴミ箱に捨てるようにしてもらう。
- プロンプトや覚え書きを使って、物理的距離の維持や自宅待機を守れるようにする
- インフルエンザのような症状に注意して健康状態を監視する
- 行動に変化がないか注意して監視する
- あなたが介護を提供している人が具合を悪くして新型コロナウイルス (COVID-19) の症状を発症している場合は、COVID-19ホットライン (電話: **1800 675 398**) に連絡するか、その人のかかりつけ医に相談する
- サポートを得なければ買い物をしたり頼んだりすることもできないという状況であれば、食料・食事の宅配サービスを手配する

社会的な孤立や孤独を軽減する

- 日々のアクティビティへの参加を促す
- できる限り通常の日課／ルーティンを維持する
- 音楽鑑賞やオーディオブックなどの、感覚を用いるようなアクティビティを奨励する
- 家族や友人には、家族・友人からの手紙の入った「ケア・パッケージ」を施設に預けるよう勧めてみる
- 家族や隣人が様子を確認するよう手配して、サポートが必要な時のために連絡先を交換しておく
- ボランティアのサービスを利用して、定期的に利用者に電話して様子を確認するようにする
- 他のコミュニケーション方法を用意するよう努める: 使用できるようであれば、iPad やビデオ通話アプリ、スカイプ、電話、SNSのメッセージングなどを活用する。
- iPadなどのテクノロジーを活用してオンライン・ゲームや社会的なつながりを持つアクティビティを利用する。選択肢は、「A better visit」アプリ (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/) や バーチャル動物園 (zoo.org.au/animal-house)、バーチャル博物館 (artsandculture.google.com/) など。

新たに見られるようになった行動の把握とその対応

- 利用者のニーズを先取りして把握し、満たすよう努める
- 利用者が何を伝えようとしているのかを理解しようと努めることに時間を取る
- 変化した行動の中で、利用者自身や他の人にリスクとなり得るものについては、上司（スーパーバイザー）に報告する
- 詳細のアドバイスやご相談は、Dementia Australiaの**National Dementia Helpline** [全国認知症ヘルプライン] (電話：**1800 100 500**)までお問い合わせください。
- または、Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS: 認知症行動管理アドバイス・サービス、電話：**1800 699 799**)にご相談ください。

自己隔離中の利用者の支援

- 利用者の家に入る前に、その家に自己隔離中の人がいるかどうか確認しましょう。また、自身の具合が悪いときは訪問を控えましょう。
- 利用者のご自宅での介護サービスに際してのアプローチについてのさらなるアドバイスは、つぎのウェブサイトでご確認ください：**health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers**

認知症に特化した情報は、Dementia Australiaの **National Dementia Helpline** [全国認知症ヘルプライン] (電話：**1800 100 500**)までお問い合わせください。

Centre for Dementia Learning[認知症学習センター]では、ここで取り上げられている問題に対応する際にも役立つ、様々な内容を網羅した高齢者介護提供者向けの教育訓練プログラムを揃えています。詳細は、**1300 DEMENTIA** までお電話のうえ、お問い合わせください。また、Dementia Australia ライブラリーにも、豊富な参考資料が揃っています：**dementia.org.au/library**

上記の情報はAlzheimer's Disease Chinese (ADC)により提供され、Alzheimer's Disease International [国際アルツハイマー病協会]により共有されている情報に基づいています。プレゼンテーションの完全版は、以下のウェブサイトでご覧いただけます：www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

コロナウイルスに関する状況は、刻々と変化しています。ここに記載されている情報は参考としてのみ提供されているものであり、すべての状況に適したものではない可能性があります。新型コロナウイルスに関する最新の情報は、つぎの連邦政府ウェブサイトでご確認ください：www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australiaはこのヘルプシートの作成にあたり、国際アルツハイマー協会およびAlzheimer's Chineseよりアドバイスをいただきました。この場を借りて、両機関に感謝申し上げます。