

## せん妄とは

脱水、感染、貧血、薬物など、からだに何らかの負担がかかったときに生ずる脳の機能の乱れであり、主に次のような症状や特徴がみられます。

- 意識がくもってぼんやりとしている
- もうろうとして話のつじつまが合わない
- 朝と夜をまちがえる、今いる場所をまちがえる、相手が誰なのかわからなくなる
- いらいらしたり怒りっぽくなったりする
- 見えないものを見えると言ったり（幻視）、ありえないことを言う（妄想）
- 夜に眠らない、昼間に眠るなど生活リズムが乱れる
- 症状は急に生じることが多く、夕方頃から症状が強くなる



## せん妄は治らないの？

せん妄は、体の症状のひとつであり「気持ちの持ちよう」や「こころの問題」ではありません。呆けてしまったとか、精神病になったわけでもありません。適切な治療やかかわりを行えば半数以上の方で症状が改善するといわれています。

## 治療

### せん妄の原因となっている体の負担の治療をします

たとえば、脱水が原因であれば水分を補給したり、感染があれば抗生剤を使ったりして体の治療を優先して行います。

### 脳の機能の乱れを改善する薬を調整します

統合失調症やうつ病、認知症の治療薬の一部がせん妄の脳の乱れを改善するといわれています。症状に応じて薬の調整を行います。

## かかわりの工夫

### 時間や場所などの感覚を取り戻す

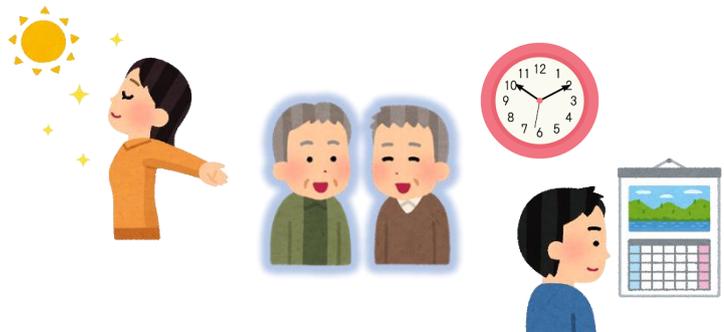
時計やカレンダーを見えるところに置く  
季節や日付、時間などを会話の中で話す  
なじみのある物、家族の写真などを置く

### 会話

つじつまの合わない会話であっても否定しない。  
話を否定されると相手は苦痛を感じることもある

### 環境を整える

昼間は日光をとり入れ明るくし、適度な運動や刺激（会話、散歩、テレビなど）をする。夜は静かに、40～60Wの照明を使用する



## ご家族にできること

意識が混乱しているときは、ご家族の協力が大きな助けになります  
意識が混乱している間は、できるだけ付き添い、いつもどおりの落ち着いた言葉かけをお願いします。

