

りはっぴねす

ワンポイントアドバイス!

認知症ケア技法 ユマニチュード

認知症は介護する側もされる側も負担が大きくなりがちです。患者さんに優しさを伝え、尊厳と能力を引き出すケア技法「ユマニチュード」を参考にしてみてくださいはいかがでしょうか。

ユマニチュードとは

フランス発祥の高齢者向けのケア技法です。一般の方にも実践しやすいといわれており、「4つの柱」を基本に患者さんが持っている能力をできる限り使ってもらうことで、健康を向上させたり、維持したりすることを目指します。

「4つの柱」

患者さんを大切に思っていることを、患者さんにわかるように伝える技術です。



患者さんと目の高さを同じにして、顔を正面から近づける。そして、大切に思っていることが伝わるように見つめる。

見る

触れる

背中や肩やふくらはぎなどから、ゆっくりと優しく包み込むように触れて、次第に敏感な手や顔などに触れる。



穏やかな雰囲気でも前向きな言葉を選んだり、返事がないときにはケアの実況をしたりして話しかける。

話す

立つ

寝たきりなどの状態になることを防ぐため、トイレなどの移動で1日合計20分くらい立つ時間をつくる。



参考：日本ユマニチュード学会ホームページ