

目次

1 高次脳機能障害を学ぼう

1. 高次脳機能障がいを学ぼう

第22回 記憶障害の訓練について

記憶障害とは、新しいことを覚えられない、覚えたはずのこともすぐに忘れてしまう、同じことを何度も繰り返し聞いてしまう、などの症状を指します。記憶障害には、前向健忘といって、受傷より後に起こったことが覚えられないものと、逆向健忘といって、受傷より前の出来事を忘れてしまうものがあります。

今回は、記憶障害のある人に対して、関わる上でのポイントをいくつか挙げてみたいと思います。

『同じことを繰り返し何度も聞いてしまう』

👉 メモを書いておくことが有効な方法のひとつです

ただし、メモの必要性を感じていなかったり、元々メモを書く習慣がない人もいます。携帯電話のメモ機能やアラームなど、本人に合った方法を考えてみましょう。本人がうまくできない場合には、代わりに書いたりするなどの配慮も必要です。

『どこに何を置いたか忘れてしまう』

👉 所定の置き場所を決めましょう

置き場所が決まっていることで、出かける前に慌てるのを防ぐこともできます。毎日使うもの、外出するときには必ず持ち歩くものは同じところに置くようにしてみましょう。

『何をしたらいいかわからない』

👉 スケジュールをきちんと立ててみましょう

予定や流れを覚えておくことが難しくなると、決めていたこともうまくできなくなります。朝起きたら手帳やカレンダーと一緒に予定を確認したり、また、予定が多すぎないかなど、内容の確認も必要です。

いかがだったでしょうか。次号からは具体的なトレーニングについて解説したいと思います。

食欲の
秋を理由に
成長し

