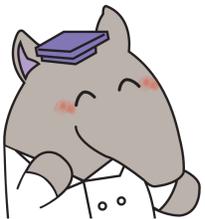


今までのおばあちゃんとお孫さんのお話を読んで、せん妄がどのようなもので、認知症とどう違うのかを学んできたけど、もし家族の誰かが「せん妄かな?」と思ったらどうすれば良いの?

まずは、お医者さんに相談してみるのが良いんじゃないかな?

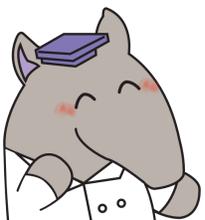


なるほど!  
お医者さんに相談したら、その人に合った対策法を  
教えてもらえるかもしれないね!  
じゃあ、僕たちが今から家でもできる対策法はあるの?

たとえば、

- 昼にしっかり動いて、夜に寝られるようにする
- こまめに飲み物を飲むようにする
- リラックスできる環境を整える

などが挙げられるよ。



これなら、自分に合わせて簡単にできるかもしれないね!  
自分でもせん妄について調べてみようかな!