―精神状態悪化を予防する為の非薬物療法―

・栄養・水分を十分に摂取し、ビタミン欠乏や脱水から起こるせん妄や精神症状を防ぐ。

・ストレスホルモンであるノルアドレナリンは、適度な笑いや興味でドーパミン濃度を高めることによって一時的にでも中和できるため、BCTも活用し、興味深い話題、楽しい話題、趣味の会話などを提供する。

・笑いや運動によってセロトニン濃度を高め夜間の良眠へ導く。

・朝日を浴びることで松果体のメラトニン分泌リズムを調整し夜間の良眠へ導く。

・活字は脳を覚醒させるので、夜間の読書や会話はストレスにならない程度に昼に回す。

・身体的要因、疼痛の有無を確認する。

・入院前の生活背景、社会的背景を介助者・ご家族等から情報収集し、行動の意味や、どうすれば改善するかを模索する。

・本人のこだわりを聞いて訴えを叶える。

・孤独感がストレスホルモンであるノルアドレナリンを高めるので、ラ・ポールを形成し、適度に顔を合わせ孤独感を感じないようにすることで衝動性、攻撃性の減少につなげる。