

## 認知症はどんな病気？

認知症は、脳の機能不全によって起きる病気です。日常生活に支障をきたす状態を言います。短期記憶障害が代表的な症状として現れ「ついさっき起きたことを忘れる」などの症状があります。

認知症には、大きく分けてアルツハイマー型、レビー小体型、前頭側頭型、脳血管性の種類があります。種類によって記憶障害や行動異常など症状が異なります。

## 認知症の初期症状は？

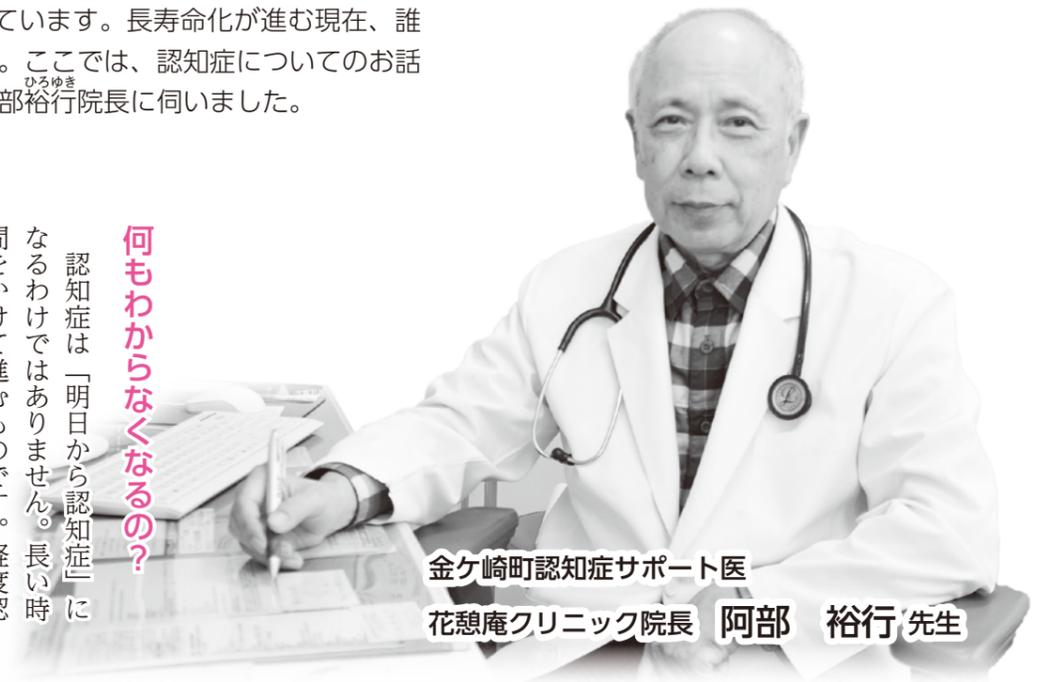
最も多いのが、何回も同じことを言うというケースです。また、今日が何月何日かわからないといった時を忘れる症状も多くあります。認知症は、時↓場所↓人の順に忘れていくケースが多く、人などは新しく覚えた人から忘れていく傾向があります。

## 認知症でも忘れの違いは？

ご飯を食べたけど何を食べたかを忘れるといった、体験の一部を忘れることが加齢に伴うもの忘れ。ご飯を食べたこと自体を忘れるなど、物事全体を忘れることが認知症の特徴です。しかし、もの忘れから認知症へつながることから、明確に区別できない場合があります。

# 認知症を知ろう

認知症は、加齢と密接な関係があり、85歳以上ではおよそ3割が認知症だと言われています。長寿化が進む現在、誰にでも起こりうる認知症。ここでは、認知症についてのお話を、花憩庵クリニック阿部裕行院長に伺いました。



金ケ崎町認知症サポート医  
花憩庵クリニック院長 阿部 裕行先生

## 何もわからなくなるの？

認知症は「明日から認知症」になるわけではありません。長い時間をかけて進むものです。軽度認知障害(MCI)から始まり、段階的に進行していきます。早期診断、早期治療も大切です。症状にあった適切な対応や治療を始めることで、進行を遅らせることができます。早めにかかりつけ医に相談しましょう。

## 予防はできるの？

認知症は一般的に高齢者に多いですが、若年性のももあります。認知症は動脈硬化とも関わりがあると言われています。「今はまだ大丈夫」と思わず、健診などはしっかり受け、生活習慣を見直していくことも予防の一つになります。

## 周囲ができることは？

認知症の人の自尊心を傷つけるような言動はせず、落ち着いた対応しましょう。認知症の人にも不安があります。否定はせず、同じことを何回聞かれても、落ち着いた様子で繰り返しても話しをするなど、寄り添った対応をすることが大事です。

また、家族は自分たちで抱えず、周囲に相談したり理解してもらいながら、介護サービスなどを利用して認知症の人との関係を保っていく必要があります。その人がその人らしく暮らすために、地域としてお互いに助け合っていくことがこれから必要になっていきます。

## 早期発見のためのチェックシート

- 自分の年齢が分からないことがある
- 今日が何月何日かわからないことがある
- 財布や鍵など、ものを置いた場所が分からなくなることがある
- 5分前に聞いた話を思い出せないことがある
- 道に迷うことがある

気になる場合は、早めに相談しましょう！

## 認知症初期集中支援チームの紹介

保健師、看護師、社会福祉士と町内認知症サポート医2人で構成したチームが認知症初期集中支援チームです。チーム員がご家庭を訪問し、心身の状況・生活環境の確認や相談を行いながら、生活上の困りごとに対して、医療・介護福祉サービスの必要性や日常生活のサポート方法などを提案します。

## ■対象となる人は？

- ① 40歳以上で、自宅で生活している人。認知症が疑われる人や認知症の人で、次の②③④のいずれかに該当する人が対象となります。
- ② 認知症の診断を受けていない人
- ③ 継続的な医療を受けていない人
- ④ 介護保険サービスに結びついていない、または中断している人

④ 認知症の症状が強いため、対応に困っている方々 ※該当する人は地域包括支援センターまでご相談ください。

困りごとがありましたら  
ご相談ください。



前列 金ケ崎診療所医師  
後列 地域包括支援センター職員

## 知っておきたい認知症に伴う行動・心理症状(BPSD)

BPSDは、認知症に伴って出現する行動や心理的症状です。行動症状として昼夜逆転、暴言・暴力など、心理的症状として、幻覚・妄想などがあります。BPSDは、家族の介護に大きな負担となるばかりでなく、人間関係にも影響を及ぼします。環境整備や治療で対応することもできるので、兆候が見られたら、早めに医師に相談しましょう。

## ■主なBPSDの症状

### ▶行動異常

興奮・昼夜逆転、暴言・暴力、異常行動、脱抑制、無関心など

### ▶心理症状

不安、多幸、妄想、幻覚、抑うつなど

## 医療機関の紹介

### ■認知症サポート医の医療機関

- ▶花憩庵クリニック (☎42-5001)
- ▶金ケ崎診療所 (☎42-2121)

### ■地域型認知症疾患医療センター

- ▶おとめがわ病院 (☎0197-34-1226)

### 相談窓口

- ▶地域包括支援センター (☎44-4560)