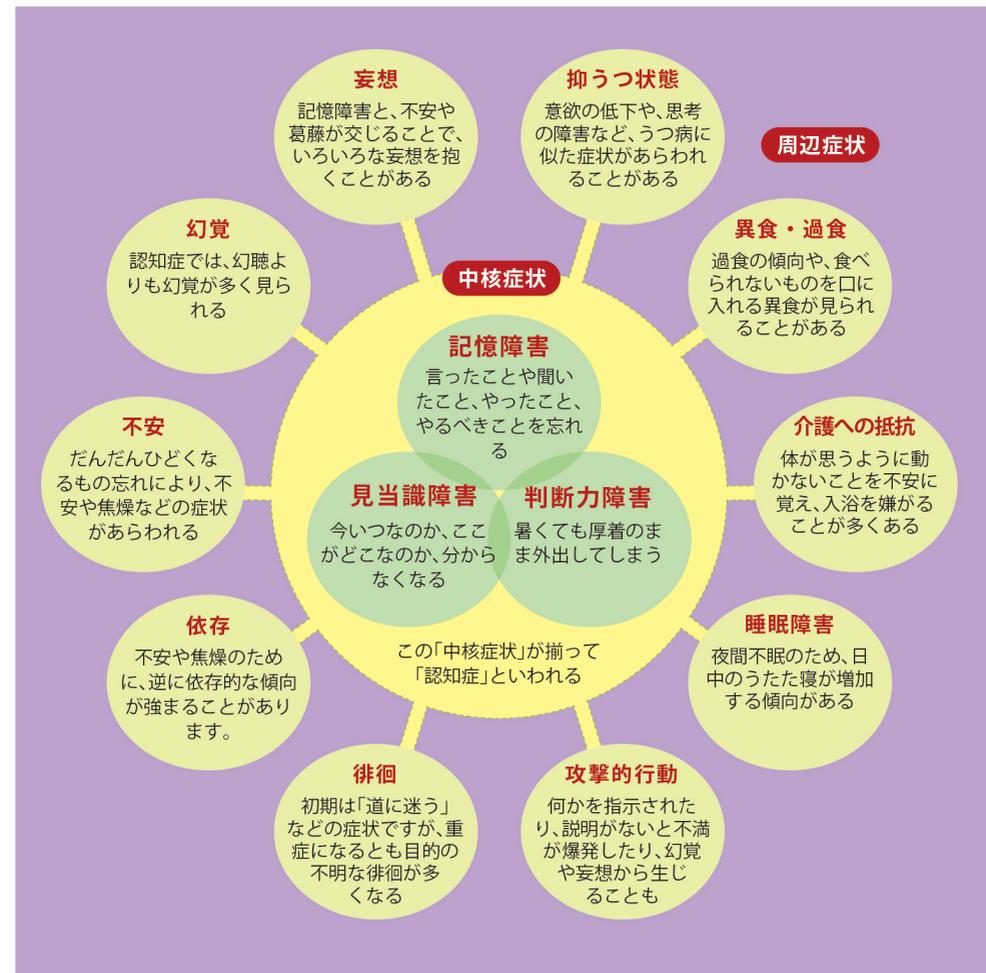




## 40 歳からの介護知識 12 認知症を理解する

人の名まえを思い出せない、物の名まえが出てこない…など、「もの忘れ」は自然な老化にともなう「単なる歳のせい」で、誰でも経験することです。一方、脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断力などの障害がおこり、普通の日常生活を行うのが困難になった状態のことを「認知症」といいます。認知症のことを理解して、適切な対応をとることで、できるだけ症状の進行を遅らせることを目指しましょう。



### 【1】さまざまな認知症の症状

認知症には、さまざまな症状があります。

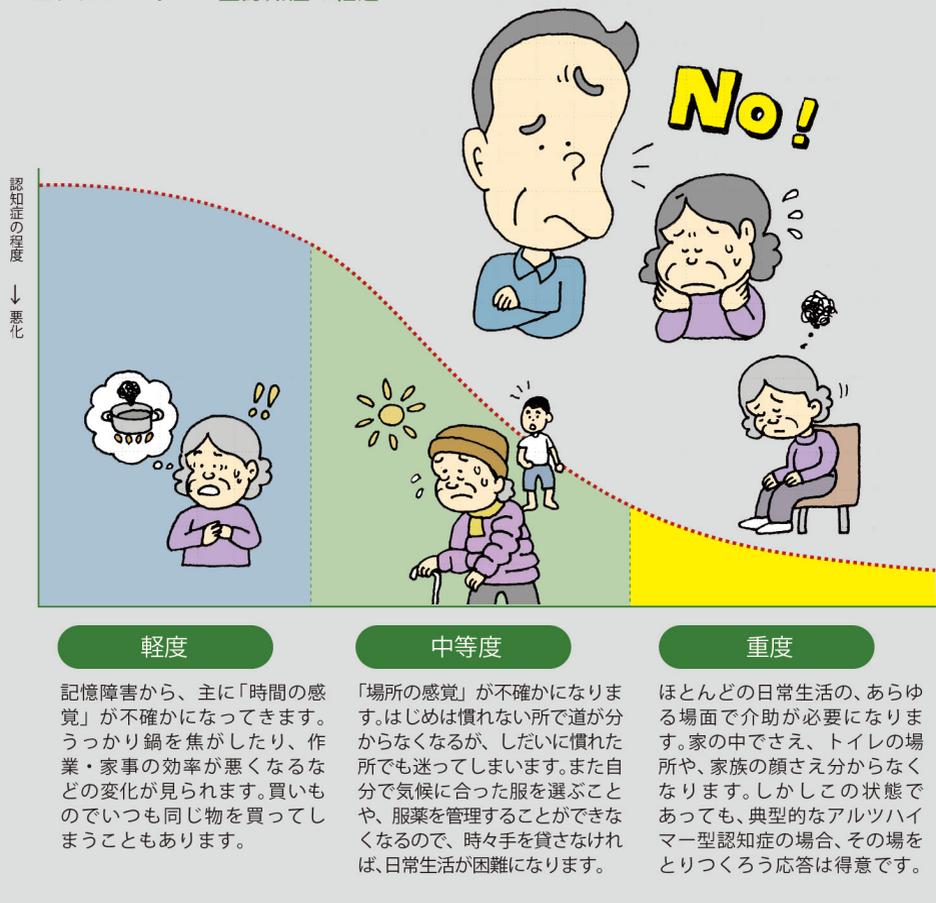
認知症になると必ず見られる症状が「中核症状」で、この3つの症状が揃うと「認知症」と診断されます。

- (1) 記憶障害：言ったことや聞いたこと、やったことを忘れてしまう。
- (2) 見当識障害：今いつなのか、ここがどこなのか、分からなくなる。
- (3) 判断力障害：暑くても厚着のまま外出してしまう…など。

これらの中核症状に併せて、人によって発症が異なる症状が「周辺症状」といわれるものです。

こうして見ると、認知症は生活のさまざまなシーンに支障をきたすことが懸念されます。

## ■アルツハイマー型認知症の経過

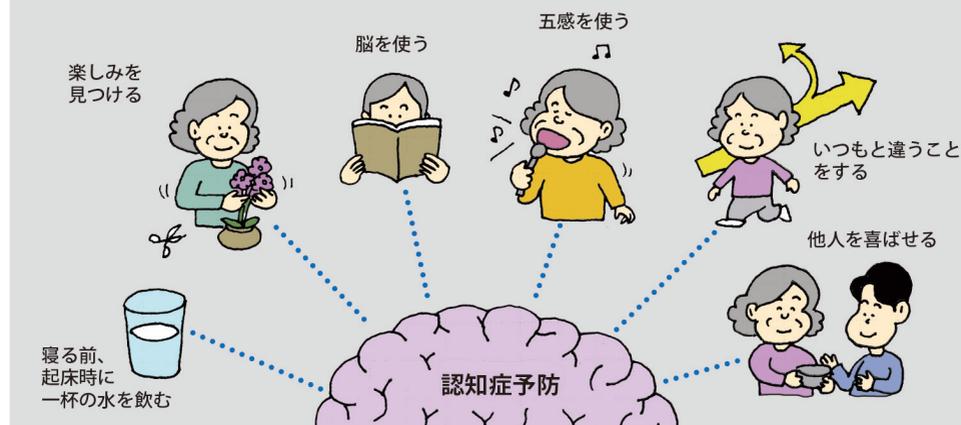


## 【2】認知症の経過観察をする

アルツハイマー型認知症の大きな特徴は、ゆるやかに発症し、徐々に進行していくことです。初期の頃はおもに「記憶」にかかわる障害が特徴です。たとえば何度も何度も同じ話をしたり、直前のできごとを忘れてしまったり、もしかすると身近な人でなければ気づきにくい程度の症状です。認知症は、初期症状のうちに診察を受けて、適切な処置をしてもらうことで、症状の悪化や、進行のスピードをゆるめることができるので、兆候を見つけることが重要です。また相手をののしったり、否定するようなことをかけると、症状の悪化が早まるので要注意です。

## 認知症かな？チェックリスト

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 家に帰れなくなった           | <input type="checkbox"/> 慣れた場所なのに道に迷った       |
| <input type="checkbox"/> 同じものを必要以上にたくさん買ってくる | <input type="checkbox"/> 財布などを盗まれたと思う        |
| <input type="checkbox"/> 料理のレパートリーが減ってきた     | <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなってしまった |
| <input type="checkbox"/> 同じことを言ったり聞いたりする     | <input type="checkbox"/> 蛇口の閉め忘れや、火の用心ができない  |
| <input type="checkbox"/> ものの名前が出てこなくなった      | <input type="checkbox"/> 複雑なテレビドラマが理解できないようだ |
| <input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた   | <input type="checkbox"/> 夜中に急に起き出して騒いだ       |
| <input type="checkbox"/> 以前はあった関心や興味が失われてきた  | <input type="checkbox"/> トイレの場所や、仕方が分からなくなった |
| <input type="checkbox"/> だらしくなってきた           | <input type="checkbox"/> 理不尽な親子げんかが多くなってきた   |
| <input type="checkbox"/> いつもやっていた日課をしなくなった   | <input type="checkbox"/> 貯金の出し入れができなくなってきた   |
| <input type="checkbox"/> 時間や場所の感覚が不確かになった    | <input type="checkbox"/> 料理の味が変わってきた         |



## 【3】初期症状のシグナルを見落とさないために

認知症の初期症状が出てきたときに、なるべく早く、診察を受けるようにしましょう。ここに認知症の「初期症状が疑われる兆候」をチェックリストにしましたので、ご活用ください。ただ自分の子どもに「病院に行こう」と言われるのも、何とも言えない惨めな気持ちになります。それほど認知症は、家族が対応するのが難しいと言わざるをえません。そこでぜひ相談していただきたいのが「地域包括支援センター」です。ご本人が同行するしないに関わらず、介護や医療の専門家に、気軽に相談にのっていただけます。また併せて、認知症になる前に「認知症予防」をすることもオススメします。