



# 認知症について学ぼう

健康福祉課地域包括支援センター ☎ 25 1182

図1 「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究による速報値」

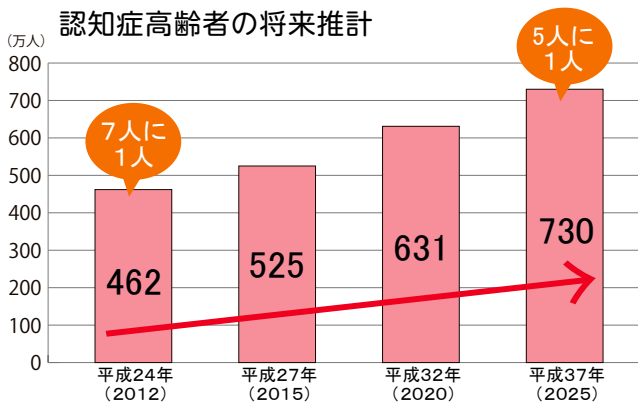


図2 認知症と老化による物忘れのちがい

認知症	物忘れの自覚がない	ご飯を食べたことなど体験したこと自体を忘れる	時間や場所、人との関係が分からなくなる
老化による物忘れ	物忘れの自覚はある	ご飯のメニューなど体験の一部を忘れる	時間や場所、人との関係などが分かる



高齢期では、社会や家庭での役割を失ったり、近親者との死別など喪失体験が多い時期のため「うつ病」になりやすいといえます。「うつ病」により生じる一時的な記憶力の低下や運動機能の低下が認知症の症状と間違えられるケースがあります。また、脳に過剰な体液（髄液）がたまることで認知症と似た症状が出ることもあります。正しい診断と治療のためにも、認知症が疑われる症状が見られたら、早めに専門医を受診することが重要です。

図3 それぞれの認知症の特徴

## アルツハイマー型認知症

いちばん多い認知症です。ゆっくり進行していきます。物忘れをしている自覚がなくなり、人格が変わることがあります。

画像診断で脳の委縮が分かることがあります。

## 血管性認知症

脳梗塞や脳出血など病気が起きた部分の脳の働きが失われます。片麻痺や言語障がいなどの身体症状をとまなう場合が多くあります。また、脳梗塞の再発がなければ認知症状の急激な悪化を防ぐことができます。

## レビー小体型認知症

物忘れの自覚があり、手足のふるえや筋肉の硬直などパーキンソン病に似た症状が起こること、「犬が家の中にいる」など非常にリアルな幻視があるのが特徴です。

被害妄想が起こりやすく、初期にはもの忘れの自覚があるのも特徴です。

### 認知症ってどんな病気？

日本は世界で有数の長寿国となりました。長生きする人が増えたのは喜ばしいことですが、それに伴って増えてきた病気が認知症です。認知症は今後も増えることが予想されています。(図1)

認知症はさまざまな原因で、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなる病気です。もの忘れがひどくなったり、買い物や料理など、身につけたことができなくなり、今までの生活が送れなくなり、ますます認知症は誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

### もの忘れとはどう違うの？

高齢になるともの忘れが出てくることで、認知症と混同されがちですが、もの忘れと認知症の違いがあります。もの忘れでは日常生活に大きな支障はできませんが、認知症によるもの忘れは日常生活に支障がでてきます。(図2)

### 認知症はひとつの病気じゃない？

認知症は脳の病気ですが、原因となる病気にはさまざまなものがあります。最も多いのは「アルツハイマー型認知症」です。その他に「レビー小体型認知症」「脳血管性認知症」が主な認知症となります。(図3)

### 認知症と間違えやすい病気もあるんです!!

## 何科を受診すればいいの？

認知症の診断は初期ほど難しく、高度な検査機器と熟練した技術を要する検査が必要です。専門の医療機関への受診が不可欠です。

認知症の診断は、「神経内科」「神経科」「精神科」「心療内科」「脳神経外科」などがあり、最近では「もの忘れ外来」「認知症疾患医療センター」などもできてきました。

## 認知症の人にどう接すればいいの？

認知症の症状が進行しても、感情やその人らしさは残っています。簡単にですが、対応方法の例をあげます。

(図4)



図4

### Q ごはんはまだかな？と何度も聞く場合

**A** 食べたと言っても、反感を買うだけです。「もうすぐできるから待ってね」や他の用事をお願いすることで待っているうちに忘れてもらうことも良いでしょう。また、ちょっとした軽食やお菓子で満足する場合がありますので、食事の量とのバランスを見て、間食をすることも必要です。



### Q 財布や大切なものを盗まれたという場合

**A** まずは一緒に探してみましよう。もし見つかった場合には、本人が見つけやすいように「このあたりで探してみましようか」などうまく誘導して自分で見つけてもらい、喜びを得てもらうことがよいでしょう。



### Q 家族なのにあなたはだれですかと聞かれた場合？

**A** 家族なのに、だれなのか尋ねられるとショックですが、新しい記憶がなくなってしまうのが認知症の症状です。強く否定せずにその人になりきり演技をすることも必要になってきます。



### Q 攻撃的な行動や言葉を発する場合

**A** 原因の多くは感情をコントロールする能力の低下や、さまざまな思いを上手に表現できないもどかしさです。介護者が平静さを失うと、怒りが増幅されることがあります。上手に話題を変えながら、注意を別の方向に持っていくなど冷静な対応が必要です。

認知症を  
もっと知りたい!!

認知症についてくわしく聞きたいかたは、地域包括支援センターにて認知症サポートー養成講座の事前とーくを行います。

認知症の症状や認知症のかたへの接しかたなどを紹介します。大人でも子どもでも、地域に暮らしていれば誰でも認知症の人と接する機会があります。認知症のかたやその家族が地域で安心して暮らせる街となるよう、みなさん認知症について知っておきましょう。

