

認知症のキホン

認知症って何？

脳の病気によって、記憶力や判断力が低下することで、日常生活に支障が出ている状態を認知症といっています。

◆認知症を引き起こす代表的な病気

①アルツハイマー型認知症

- すべての認知症の中で最も多い
- もの忘れから始まる場合が多い
- 主な症状として「段取りが立てられない」、「気候に合った服が選べない」などがある
- 治療薬がある

②血管性認知症

- アルツハイマー型認知症に次いで多い
- 脳の血管が詰まったり、破裂したりして起こる
- 発症や進行の予防が可能

③レビー小体型認知症

- 「本来存在しないものが見える幻視」、「手足の震え」、「歩行障害（パーキンソン症状）」という特徴がある

④前頭側頭葉変性症（ピック病）

- 「人格や行動の変化（万引き、同じ行動を繰り返し返す）」、「言葉の障害が初期から目立つ」という特徴がある

◆認知症と老化による「もの忘れ」の違い

認知症

- 体験そのものを忘れる
- 日常生活に支障がある
- 例：朝ごはんを食べたことを忘れていて

加齢による「物忘れ」

- 体験の一部を忘れる
- 日常生活への支障はない
- 例：朝ごはんに食べたものを忘れていて

◆もしかして認知症？

認知症の症状

認知症には、認知症の中心となる症状の「中核症状」と環境、人間関係などさまざまな要因がからみ合っただけであらわれる「行動・心理症状」があります。

中核症状

〈記憶障害〉

- さっき聞いたことが思い出せない
- 以前覚えていたはずの記憶が失われる

〈見当識障害〉

- 時間や季節、場所などの感覚が薄れる
- 道順などがわからなくなる
- 〈理解・判断力の障害〉

- 思考のスピードが遅くなる

- ささいな変化やいつもと違う出来事で混乱する

〈実行機能障害〉

- 料理を平行して進められないなど、自分で手順を考えたりすることができない

行動・心理症状

- 能力の低下を自覚して元気がなくなる
- しまい忘れを他人に盗られたと勘違いする など

家族が最初に気付いた日常生活の変化

- 同じことを何回も言ったり聞いたりする
- 夜中に急に起きだして騒ぐ
- 計算の間違いが多くなった
- ささいなことでも怒りっぽくなった
- 身だしなみに配慮しなくなった
- 置き忘れやしまい忘れが目立つ
- 物の名前が出てこなくなった

症状が軽い段階のうちに認知症であることに気づき、適切な治療が受けられれば、薬で認知症の進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることもできます。

認知症の早期診断・早期治療につなげるために、自分自身や家族・同僚、友人など周りの人について「もしかして認知症では」と思われる症状に気づいたら、1人で悩まず身近な相談窓口や専門家などに相談しましょう。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課保健衛生係

☎ 43-2836 (直通)

佐賀支所

地域住民課保健センター

☎ 55-7373 (直通)

