認知症に対する正しい理解を

2004年12月から「痴ほう」は「認知症」へと呼び名が変更になりました。認知症は、高齢者だけではなく若年の人にも起きる脳の病気によるものです。

超高齢社会に向かう今、皆さんに認知症を正しく理解していただき、認知症になっても安心して「その人らしく」暮らせる地域を目指していくことが求められています。

問 古川地域包括支援センター ☎23-2511

改めて「認知症」とは？

認知症とは、「脳の病気のために、記憶力や判断力、計画力などが障害されて、社会生活に支障を来たした状態」のことを言います。

認知症の原因となる病気は五十種類以上あると言われていますが、その中で一番多いのが、脳がゆっくりと縮んでいくアルツハイマー病です。次に多いのが脳卒中などのために脳神経細胞が傷害を受けて起きる血管性認知症です。

アルツハイマー病は、なんとなく物忘れが始まり、それがいつ頃から症状が出てきたのかはっきりしないことが多いのが特徴で、それに対して血管性認知症の場合は、脳卒中が発症して三か月以内に物忘れ等の症状が起きてくると言われています。

認知症の症状は？

認知症の中核となる症状は、「記憶障害：すぐ前のことを忘れる、同じことを繰り返すなどの物忘れ」、「見当識障害：時間、場所、人の顔や名前がわからなくなる」、「判断力の低下：計算力や理解力の低下、計画を立てたりすることが難しくなる」などです。病気の種類によっては、小刻みに手が震えたり、実際には見えないものが本人には見える「幻視」のある人もいます。

また、本人がもともと持っている性格、環境、人間関係などさまざまな要因が絡み合って、「妄想」「徘徊（はいかい）」「睡眠障害」「抑うつ（よく）」「暴力」など、精神症状や行動上の問題が起きる場合もあり、これを周辺症状と呼びます。

大切です 早期発見・早期対応

「認知症は、治らない病気だから医療機関に行っても仕方ない」という人がいます。残念ながら認知症になる病気の大半は治療が難しいのが現状です。しかし、根本的には治療が困難な病気でも、症状の改善や進行を遅らせることが可能な薬もあり、わずかですが治療が可能な病気もあります。

認知症は、頭の中の見えない病気です。咳が出る時には胸のレントゲンを撮り、胃の病気を見つけるのにバリウム検査や胃カメラを行います。それと同じように、認知症の原因を調べるために脳の画像検査（MRI等）を行う必要があります。認知症の原因によって、生活の注意点や治療・介護の方法が違ってきますが、診断が必要な理由はここにあるのです。

認知症の早期発見には、家族や地域の皆さんが「今までと様子が違う」と気付き、主治医に相談したり、専門医の診断を受けることが大変重要になってきます。三ページの「認知症」早期発見のめやすを参考にしてみてください。

認知症の人への対応

「認知症になると何も分からなくなる」と聞くことがありますが、決してそうではありません。

認知症になると物忘れや周りの状況がよく分からなくなり、不安や混乱を起こすことはありますが、症状が進んでも、心は豊かに生きており、感情はとても敏感であると言われています。新しいことを覚えるのは苦手でも、古い記憶や刻まれている記憶の中に、本人が落ち着き、力を引き出す手がかりがあるかもしれません。

慣れ親しんだ場所や物を大切にし、ゆっくりとした声がけ、穏やかな対応、本人ができることをさり気なく支援していくなど、周囲の人たちの認知症への理解と気遣いがあれば穏やかに暮らしていくことができます。

認知症の人を介護している皆さんへ

認知症の人を介護している家族の苦労は、心身ともに大変なものがあります。本人のケアはもちろんですが、特に介護者の心の負担を軽くすることは、とても大切なことです。認知症の介護は長期間となることがほとんどです。一人で抱え込まず、介護保険などの公的なサービスを上手に利用しましょう。

認知症高齢者の増加などを踏まえ、できる限り住み慣れた地域で生活を継続できるように、日常生活圏域内でのサービスの利用を考えた地域密着型サービスがあります。

また、特別養護老人ホームなどの大規模な施設では、家庭的な雰囲気のもと、普通の暮らしを大切にしたユニットケアに取り組む施設も増えています。

気軽にご相談ください

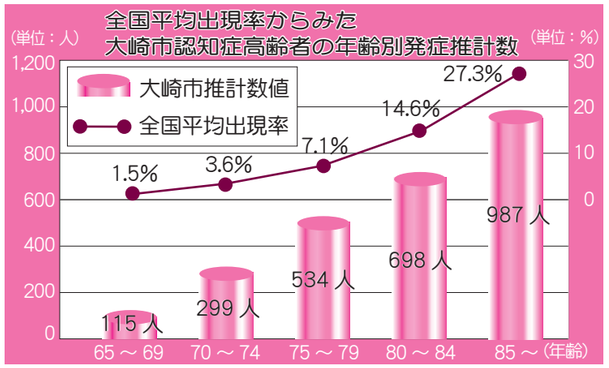
地域全体が認知症について正しい理解や知識を持つことで、認知症の人やその家族の尊厳ある暮らしを支えることができます。お困りのことや気になることは、お近くの地域包括支援センターへご相談ください。

問い合わせ

古川地域包括支援センター ☎23-2511
志田地域包括支援センター ☎55-5024
三本木サブセンター ☎52-5839
鹿島台サブセンター ☎56-6688
玉造地域包括支援センター ☎73-1522
鳴子サブセンター ☎82-3577
田尻地域包括支援センター ☎38-1154

認知症の講演会のお知らせ

日時 十一月九日㈭ 午後一時三十分～三時三十分
場所 大崎合同庁舎大会議室
内容 ①講演「認知症の正しい理解～誰もが安心して暮らせる地域を目指して～」 講師 大崎市民病院田尻診療所認知症診療対策室 目黒 謙一室長 ②シンポジウム 介護家族、警察署、主治医のそれぞれの立場から
※参加を希望する人は 大崎保健福祉事務所成人・高齢班へ電話（☎91-0713）又はファクス（FAX23-7562）で申し込み
問 古川地域包括支援センター ☎23-2511



家族がつくった「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中でのめやすとして参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、専門医に相談してみると良いでしょう。

もの忘れがひどい
- □ 今電話を切ったばかりなのに相手の名前を忘れる
- □ 同じことを何度も言う・問う・する
- □ しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- □ 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断力・理解力が衰える
- □ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- □ 新しいことが覚えられない
- □ 話のつじつまが合わない
- □ テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所が分からない
- □ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- □ 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる
- □ ささいなことで怒りっぽくなった
- □ 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- □「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い
- □ ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- □ 外出時持ち物を何度も確かめる
- □「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる
- □ 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- □ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- □ ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり嫌になる

出典 ㈳認知症の人と家族の会