

加齢による物忘れと認知症の違い

物忘れには、年を重ねると誰もが経験する「加齢による(年相応の)物忘れ」と、認知症などの「病気による物忘れ」の2種類があります。

認知症とは、脳の認知機能が低下して、日常生活に支障をきたす状態のことをいいます。老化現象と思われがちですが、脳の障害によっておこる「病気」です。また認知症は65才未満でも発症する場合があります。よく忘れる、段取りが上手にできないなど何かおかしいと感じながらも、年齢が若い場合は我慢したり、気のせいだと思ったりしがちです。

認知症は、ご本人だけでなく、家族や周囲の気づきも大切です。気になる症状があれば、一度医療機関へ相談をしましょう。

	加齢による物忘れ	病気による物忘れ
人や物の名前がでてこない	・すぐに名前が出てこないが、しばらくたってから思い出す ・人から名前を聞いたりヒントを聞いたりすると思い出せる	・人から名前を聞いてもわからない ・身近な人の名前が出てこない
体験したことを忘れてしまう	・体験したこと自体は覚えているが、詳細はよく覚えていない(例えば食べたことは覚えているが、何を食べたか思い出せない)	・体験したこと自体を忘れてしまう(例えば食べたことを覚えていない)
用事を忘れてしまう	・「何をすべきだったか」を思い出せない ・用事を忘れていたという自覚がある	・用事を忘れていたこと自体に気づかず、別のことをしてしまう

初期のサインを見逃さないで 認知症



まずは医療機関へ相談を

認知症は徐々に進行する病気ですが、早めに症状にあった治療と対応を始めれば、進行がゆるやかになることがあります。

また、脳腫瘍やビタミン不足などによる病気で認知症の症状がみられることがあります(認知症の約1割程度)。この場合は原因となる病気を治療することで、症状が改善したり治ったりすることもあります。

一口に認知症といっても、その原因や種類によって、治療方法や生活上の注意点は異なります。そのために医師の診断が大切になります。一般的には、神経内科、心療内科、精神科、脳外科などで診てもらえますが、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

受診の前に整理しておきましょう

- ・いつごろからどのような症状がでてきたのか
- ・現在どのような症状があるのか
- ・日常生活の中でできなくなったことは何か
- ・これまでの病気や現在服用している薬について

認知症をもっと知ろう

認知症は高齢になるほど発症率が高くなり、「85歳以上の約3人に1人」といわれるほど身近な病気のひとつです。今やどの年代の方でも認知症の方と接する機会があるからこそ、認知症を正しく理解し、認知症の人の気持ちをくみとりながら接することは、治療と同じくらい大切なことです。

介護支援課では、出前講座で地域の人権学習会、福祉会や小・中学校での認知症の学習会を開催しています。認知症について考え、支えあいの輪を広げていきましょう。



▲日野中学校3年生を対象とした認知症学習会



◀認知症について考えよう(ボランティア講座)

◆問い合わせ先 介護支援課 ☎ 6501 地域包括支援センター ☎ 6001