

今さら聞けない

役立つ

「認知症の基礎知識」



あれ、お財布  
どこへ置いたかな

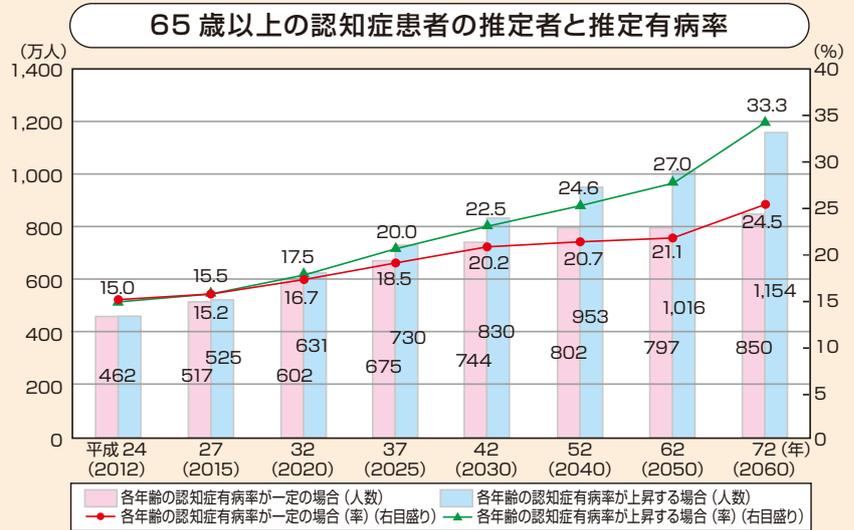
これって物忘れなのかしら。  
それとも認知症なのかしら。  
どうしたらわかるの。  
アイエムさん教えて！

# 年齢とともに物忘れが増えていませんか？

「あれ、認知症が始まったのかな？」なんて不安になる方も多はず。  
今回は、近年増大している「認知症の基礎知識」と  
「認知症患者への対応」までをお伝えしようと思います。



まずは、内閣府発表の「65歳以上の認知症患者の推定者と推定有病率」を見てみましょう。この表から2012年には認知症高齢者数が462万人で65歳以上の高齢者の約7人に1人、2025年には約5人に1人（有病率20%）になるとも言われています。



## Step ① 認知症を早期発見するためには？

日々の中で頻繁に又は急に目立つようになったら要注意！

- ①物忘れがひどくなった。➡ 何度も薬を飲む。今切った電話の相手を忘れる。
- ②判断・理解力が衰える。➡ 家事や仕事の失敗などが多くなった。話の辻褄が合わない。味付けが変わる。
- ③時間・場所がわからない。➡ 日常使う道や、自宅の回りなどで迷う。時間場所の判断ができない。
- ④人柄が変わった。➡ 怒りっぽくなった。自分の失敗を人のせいにする。
- ⑤不安感が強い。➡ ひとりになるのが怖い。なんども戸締りや持ち物の確認をする。
- ⑥意欲がなくなる。➡ 外出や対面を嫌がる。趣味などに興味なくなる。

ご家族やご本人が、「認知症なのかなあ」と思った時、「認知だから」「歳だから」「なったら治らない」と決めつけずに、早期に医療機関に相談して下さい。もし早期に発見できれば、進行を遅らせたり症状を緩和させたりできる可能性が高いです。ご本人が病院に行きたがらなかつたり、診断を受けるのが難しいときには、無理に『認知症』という言葉を使って強制せず、「健康診断」だつたり、「物忘れに効く薬があるらしい」など、とにかく笑顔で接することにしましょう。



## Step ② 認知症と物忘れの違い。

### 加齢による物忘れ

- ①物忘れを自覚している。  
(例)うっかり約束の時間を忘れる。
- ②体験したことの一部を忘れる。  
(例)夕食のメニューを忘れる。
- ③ヒントがあれば思い出す。  
(例)印鑑をどこにしまったか忘れる。
- ④日常生活に支障はない。  
(例)しばらく会っていない人やあまり使わない物などの名前が出てこない。
- ⑤判断力は低下しない。  
(例)電気機器の使い方に手こずる。

### 認知症による物忘れ

- 物忘れの自覚がない。  
(例)約束したこと自体を忘れる。
- 体験したこと自体を忘れる。  
(例)夕食を食べたこと自体を忘れる。
- ヒントがあっても思い出せない。  
(例)印鑑をしまったこと自体を忘れる。
- 日常生活に支障がある。  
(例)普段使っている物の名前が突然でてこなくなる。
- 判断力が低下する。  
(例)レシピにしたがって料理ができない。

記憶には、**A** 覚える力、**B** 保持する力、**C** 再生する力、の3つがあり、加齢による物忘れは **B** と **C** が弱くなり、認知症になると **A** が弱くなると言われています。



## Step ③ 認知症の主な原因と種類。

### 代表的な認知症名

#### ①アルツハイマー型認知症

認知症の割合最大。脳にアミロイドβというたんぱく質が溜まり、正常な細胞を壊すと言われています。原因不明。加齢や遺伝も関係があり、また近年、糖尿病や高血圧の方もそうでない方よりなりやすいことが証明されました。

#### ②脳血管性認知症

アルツハイマー型につく約20%程度を占めます。脳梗塞や脳出血など脳の血管障害によって起こるとされ、原因となる血管障害は生活習慣病が原因で引き起こされます。そのため、生活習慣の改善が重要となります。

#### ③レビー小体型認知症

レビー小体というたんぱく質が脳に溜まることで起こる脳の萎縮が原因となります。このたんぱく質はパーキンソン病の原因ともなり、認知症を伴うパーキンソン病の患者様は、レビー小体型と判定されます。

#### ④前頭側頭型認知症

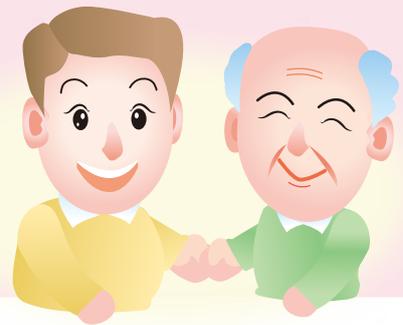
原因の解明はまだされていません。いくつかのパターンがあり、その集合体と考えられています。10年以上かけてゆっくり進行します。

どれも、軽度→中度→重度と症状がゆっくり進み、最終的には死に至る原因にもなり得ます。最近では、女優の朝丘雪路さんがアルツハイマー型認知症だったと言われています。



## Step ④ 最後に、認知症患者への対応。

認知症は現在、根本的な治療方法はなく薬でも進行を遅らせるに留まっています。しかし、正しい治療を行うことで症状が緩和されたり、ご本人の状態を安定させたりすることができる可能性があります。まだまだ認知症や介護については誤解されている部分も多いように感じます。自分の親や兄弟、配偶者など、近い方が認知症になり、それまで当たり前できていたことができなくなったり、何度も同じ失敗を繰り返したりするようになると、介護者の方も戸惑い、つい怒ってしまったり、間違いを厳しく注意してしまいがちです。特に、同居しながら介護をされているご家族においては、大変なご苦労だと思います。しかし、たとえ認知症になったとしてもその方自身は変わりません。認知症だからと言って、何もかも分からないわけではないのです。なるべくご本人の話を否定せず、可能な限りで受け入れていきましょう。そのためには、介護は決してひとりで背負ってはいけません。任せられる部分は介護・医療のプロにお任せし、ご本人の状況を理解しながら複数人間が協力して関わるのが大切です。少しでもおかしいと感じたらお医者さんに相談しましょう。



### 先生紹介

そうみ しほ  
**澤海 志保 先生**  
 そうみ行政書士事務所 代表



### プロフィール

上智大学心理学科卒業後、介護業界に就職。訪問介護事業所や有料老人ホームにて介護報酬請求や経理・事務をメインに運営側と現場の橋渡し業務を行う。医療法人が経営するターミナル型施設の立ち上げにもかかわる。「アイエム安心倶楽部会員の皆様の立場に立って、ご質問にお答えさせていただきます。ぜひご相談ください。」

「アイエム暮らしのヒント」バックナンバーをご希望の方は、なるべく安心倶楽部事務局までお問合せください。

- vol.2 「どこが変わった相続税」
- vol.3 「ご葬儀マナー基本編」
- vol.4 「高齢者施設の選び方」
- vol.5 「年金制度Q&A」



愛樹木葬 お墓 葬儀

株式会社アイエム/東京都中央区京橋2-8-1 八重洲中央ビル6F

安心倶楽部事務局 ☎ **0120-601-727** FAX **03-3535-2740**

事前相談をさせていただいても、アイエムで必ず葬儀をする必要はありません。ご安心ください。

なるべく安心倶楽部会員の皆様は  
**アイエム葬儀プラン代金10%off**