

01 認知症ってなに？

認知症とは、さまざまな病気によって脳の働きが低下し、記憶力や判断力などの認知機能に影響が現れ、日常生活に支障が生じている状態のことです。物忘れだけでなく、これまでできていたことが難しくなる場合もあります。

主な症状には、最近のできごとを忘れる「記憶障害」、日時や場所が分からなくなる「見当識障害」、物事の手順や判断が難しくなる「実行機能・判断力の低下」などがあります。また、不安や意欲の低下など、気持ちや行動に変化が現れることもあります。症状の現れ方や進み方には個人差があり、原因となる病気によっても異なります。代表的な原因となる病気は右のとおりです。

認知症を引き起こす主な病気

病 名	特 徴
アルツハイマー病	物忘れから始まり、少しずつ症状が進行します。
脳血管性疾患	脳梗塞や脳出血などが原因で認知機能が低下します。
レビー小体病	幻視や体の動かしにくさなど、さまざまな症状が見られます。
前頭側頭葉変性症	性格や行動の変化、言葉の障害などが現れます。

認知症は、だれにでも起こり得る身近なことです。中心となる症状は物忘れですが、物をなくしたことを忘れて「誰かに盗られた」と思って不安になったり、道が分からなくなったりするなど、生活の中でさまざまな困りごとにつながる可能性があります。

認知症には、最も多いアルツハイマー型のほか、脳梗塞や脳出血などが原因となる血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などがあります。初期のサインとしては、同じ話を何度もする、約束したことを忘れてしまふなどの変化があり、身近な家族ほど変化に気づきにくいこともあるため、久しぶりに会った友人や親戚からの「以前と少し違う」という気づきが、受診のきっかけになることもあります。

また、認知症のような症状があっても、別の病気が原因で、治療により改善できる場合もあります。「物忘れがあるから、もう仕方ない」と決めつけず、気になる変化があれば、まずは医療機関に相談することが大切です。

気になる症状があれば、早期受診を心がけて

認知症と診断された後も、できることがすべて失われるわけではありません。本人ができることは続けてもらい、難しい部分だけを周囲が支えることが大切です。「できないこと」を指摘するのではなく、「どうすればできるか」を一緒に考え、本人の気持ちや尊厳に配慮しながら接することが重要です。また、家族だけでなく、地域のつながりも大きな支えになります。身近な人だけでは変化に気づきにくいこともあるため、地域で日ごろから声を掛け合うことが、早期発見や支援につながります。

特集：見守る人がいる。だから、安心できる。

認知症になっても、その人らしく暮らせるまちへ

もし、自分や大切な人が認知症になってしまったら…。そんなことを考えるのは、決して特別なことではありません。

認知症を「自分には関係のないこと」として捉えるのではなく、正しく知ることが大切です。

9月は「世界アルツハイマー月間」です。認知症への理解を深め、本人や家族が安心して暮らせる社会をめざすため、世界各地でさまざまな啓発活動が行われています。

今回の特集では、認知症について知ることから、本人や家族への支援などを紹介します。正しい知識を持つことは、いざというときに慌てず、本人にも家族にも寄り添った対応をとるための第一歩となります。

また、小さな気づきや声かけの積み重ねは、だれにとっても暮らしやすい地域につながるしていきます。認知症になっても、自分らしく暮らせる地域をつくるために、私たち一人ひとりにできることを一緒に考えてみませんか。

くまのなる在宅診療所

まつせ ひさこ 松瀬 房子 医師・社会福祉士

Comment

今年度、訪問診療を学びに大阪から紀宝町に来ました。救急から慢性期まで、高齢者を中心に、生活を支える医療ができればと思います。

が支える。本人や家族だけで抱え込まず、医療や介護、地域の力を借りながら、みんなで支え合つことが大切です。一人ひとりが認知症を正しく知り、身近な人の変化に気づき、自然に声を掛けられる地域をつくるのが、だれもが安心して暮らせるまちにつながっていくのだと思います。

