

物忘れ外来について（認知症について）

◆当医院は「かかりつけ医認知症対応力向上研修」を修了しており、厚生労働省・愛知県知事に認定を受けている医療機関であり、認知症対策に積極的に取り組んでいます。

▶物忘れ外来について（認知症について）

アルツハイマー病をはじめとする『認知症』は、高齢化が進む日本にとって、もはや他人事ではなくなってきました。『認知症』は病気であり、種類によっては治るものや、早期に発見・対処することで症状の進み方を遅らせることができるものもあります。貴方の周りの方で物忘れをはじめとする日常での変化が見られたら、是非お早めに当医院にご相談ください。

▶治療への流れについて

現在の状況について問診を行ったあと、簡単な質問検査を行います。この簡単なクイズ形式の結果をふまえて、必要に応じて血液検査や脳のMRIあるいはCTを行います。これらの結果から総合的に判断して、その後の方針を立てていきます。

お気づきですか？ ご自身やご家族のちょっとした変化

記憶があやふや

- ・同じことを言ったり聞いたりする。
- ・人と会う約束やその日時を忘れる。
- ・最近の出来事が思い出せない。
- ・大切な物をなくしたり、置き忘れたりする。
- ・水道やガス栓の締め忘れが目立つようになった。
- ・物の名前が出てこなくなった。



どうもやる気が...

- ・今まで好きだった物に対して興味・関心がなくなった。
- ・服装がだらしくなった。
- ・日課をしなくなった。
- ・身だしなみに気をかけなくなった。



最近気になりませんか？ このようなこと。

今までできていたのに...

- ・職場あるいは家庭内において、今までできていた仕事や作業がこなせなくなった。
- ・簡単な計算の間違いが多くなった。



性格が変わった？

- ・ささいなことで怒りっぽくなった。
- ・以前よりもひどく疑い深くなった。



いま何時？ここはどこ？

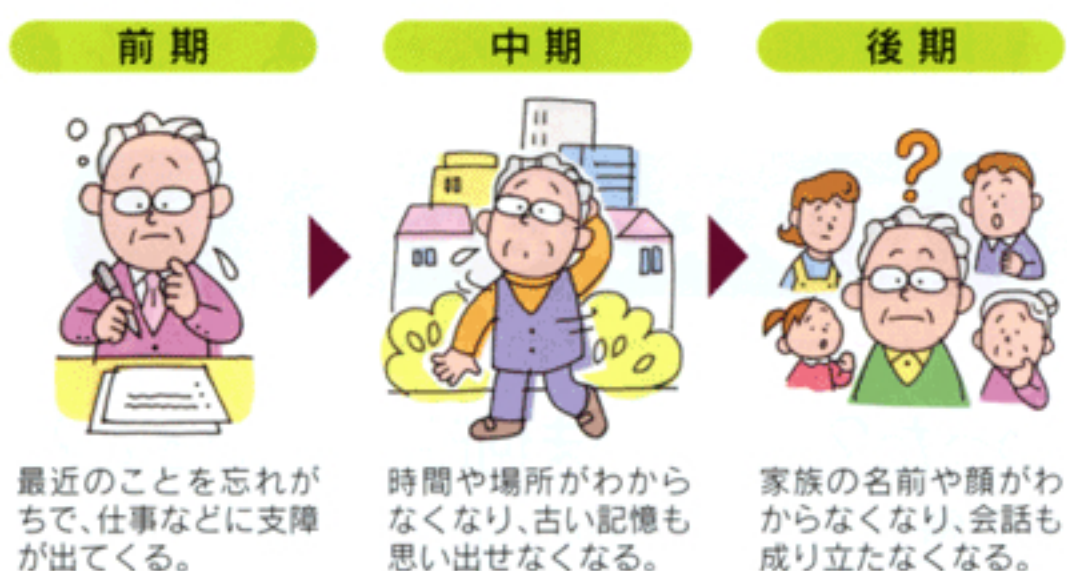
- ・時間や場所の感覚が不確かになった。
- ・慣れているところで道に迷った。



もの忘れについて

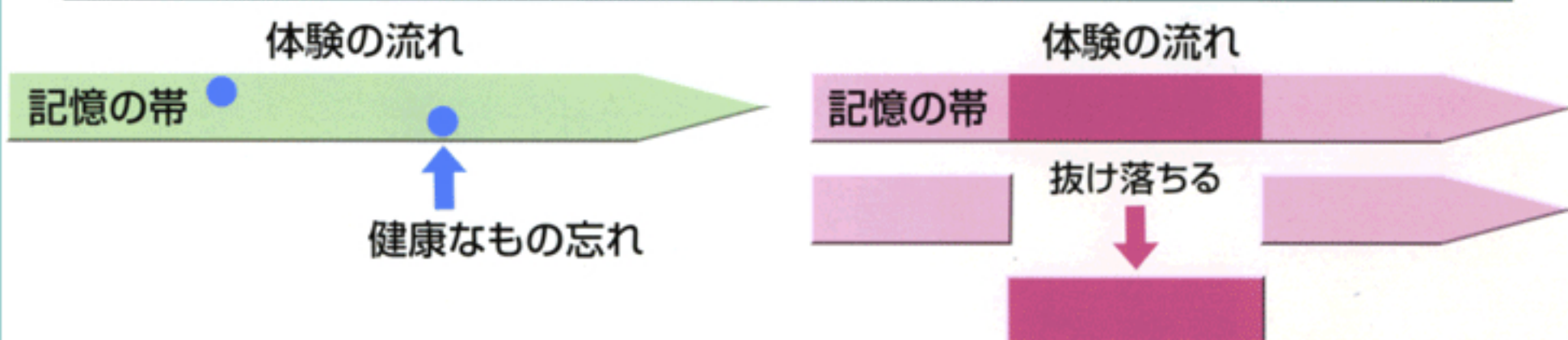
もの忘れは、特に高齢者になると誰にでもよくみられます。ただし、もの忘れの中には右のように、だんだんとひどくなっていくものがあり、その場合は注意が必要です。

このようなことに思いあたる場合は、お早めに当医院に、ご相談ください。



老化によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い

老化によるもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部分を忘れる	体験全体を忘れる
ヒントを与えられると思い出せる	新しい出来事を記憶できない
時間や場所など見当がつく	ヒントを与えられても思い出せない
日常生活に支障はない	時間や場所などの見当がつかない
もの忘れに対して自覚がある	日常生活に支障がある
	もの忘れに対して自覚がない



▶あなたの家族や友人が、認知症かもしれないと思ったとき、あなたはどうしますか？

現在、日本にはおよそ160万人、高齢者世帯7世帯に1人の割合で、認知症のお年寄がいるといわれています。個人が、社会が、この問題とどう向き合っていくかは、数年後には世界一の 高齢国家となる日本にとって、重大なテーマです。しかし、認知症に対する正しい理解と認識はまだ十分に浸透しているとはいえません。誤解や偏見が多く存在していることも事実です。あれ？ひょっとして・・・と思ったとしても「年だから仕方ない」「しばらく様子をみよう」と、つい放っておいてしまい、そのうち症状が悪化してしまうケースも少なくありません。認知症はれっきとした病気であり、種類によっては治るものや早期に発見・対処することで症状の進行を遅らせることができるものもあります。あれ？と思ったら、ためらわず医師に相談しましょう。

▶いつ、どの程度の変化がみられたら、病院に行けばよいか。

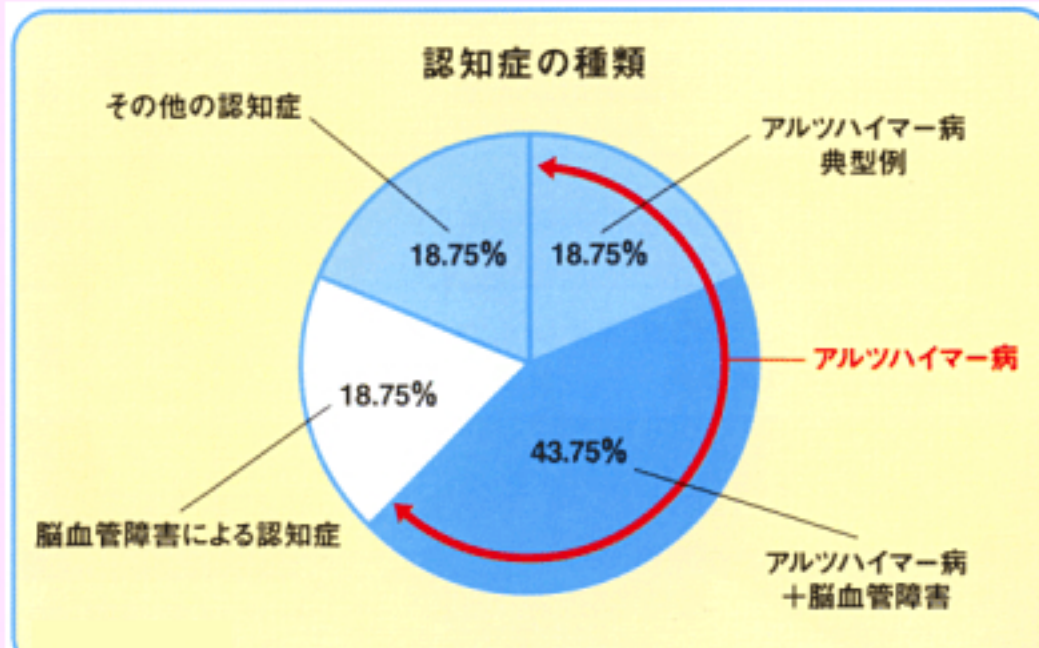
このチェックリストを使用してみてください。ただし、この結果だけで認知症の診断はできません。あくまで「疑いの目安」にすぎません。合計点が24点以下だった場合、当医院にご相談ください。

家族のための認知症を疑うチェックリスト

本人の現在の日常生活と1年前の状態を比べてください。総合得点が24点以下の場合、認知症の疑いがあります。	とても悪くなった	多少悪くなった	変わらない
① 曜日や月がわかるか	2	1	0
② 前と同じように道がわかるか	2	1	0
③ 住所・電話番号を覚えているか	2	1	0
④ 物がいつもしまわれている場所を覚えているか	2	1	0
⑤ 物がいつもの場所になく、見つけることができるか	2	1	0
⑥ 洗濯機やテレビのリモコンなどの電気製品を使いこなせるか	2	1	0
⑦ 自分で状況にあった着衣や更衣ができるか	2	1	0
⑧ 買い物でお金を払えるか	2	1	0
⑨ 身体の具合が悪くなったわけではないのに、行動が不活発になったか	2	1	0
⑩ 本の内容やテレビの筋がわかるか	2	1	0
⑪ 手紙を書いているか	2	1	0
⑫ 数日前の会話を自分から思い出すことができるか	2	1	0
⑬ 数日前の会話の内容を思い出させようとしても難しいか	2	1	0
⑭ 会話の途中で言いたいことを忘れることがあるか	2	1	0
⑮ 会話の途中で適切な単語がでてこないことがあるか	2	1	0
⑯ よく知っている人の顔がわかるか	2	1	0
⑰ よく知っている人の名前を覚えているか	2	1	0
⑱ その人たちがどこに住んでいるか、仕事などがわかるか	2	1	0
⑲ 最近のことを忘れっぽくなったか	2	1	0
合計	24	12	0

▶そもそも「認知症」とは、どんな病気なのか？

認知症は、大きく「アルツハイマー病」「脳血管障害による認知症」「その他の認知症」に分けられ、種類によって対処法も異なります。脳血管障害による認知症は、その原因となる脳梗塞などの予防を心がければ、ある程度防ぐことはできます。また、認知症の約半数を占めるアルツハイマー病の場合、症状が悪化してしまう前に「早めに」発見・対処すれば、症状の進み方を遅らせることができるケースもあります。まずは1人1人が認知症を正しく理解したうえで、早い段階から対応していくことが何より大切です。



▶どんな症状が「認知症」のはじまりなのか？

大切なのは、小さな日常の変化を見逃さないこと。グラフにあるような日常の変化が重なると、家族や周りの人たちは注意深く考えるようになります。『年だから仕方ない』『しばらく様子をみよう』と思うことも多いようですが、このような変化がみられた時には、すでに認知症が進みはじめている可能性があります。少しでも「おかしいな」と思ったら当医院へご相談ください。

