

1

認知症を知る

認知症とは、様々な原因で脳の細胞が損傷を受け、脳の働きが悪くなり、日常生活に様々な支障がでる状態のことです。

加齢によるもの忘れと認知症の違い

加齢 によるもの忘れ	認知症 によるもの忘れ
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたことじたいを忘れている
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

※これらはあくまで目安です。当てはまらない人もいます。
出典:認知症サポーター養成講座標準教材

認知症の始まりは**周囲の気づき**も大切

認知症の始まりは、本人が気づくこともありますが家族などの周囲の気づきも大切です。
気づきのポイントは、下記のような症状が以前に比べて頻度が高まっている、程度が重くなっているなどの変化です。



切ったばかりの
電話の相手を
忘れる



テレビのリモコン
の簡単な操作に
戸惑う



外出を
おっくうがる

他にもこんな症状が 気づきのポイント

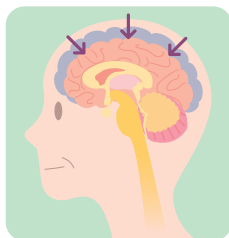
- 食事の準備に手間どるようになった
- 運転のミスが多くなり車に傷が増えてきた
- 身だしなみを構わなくなった
- 怒りっぽくなった
- 慣れた道で迷う
- …などの症状があります。

認知症の種類と特徴

認知症は原因となる病気によって、さまざまな特徴があります。

症状から、認知症と「間違われやすい」病気もあるため、まずは早めにかかりつけ医等を受診しましょう。

●アルツハイマー型認知症



進行は緩やかなので、最初の頃は「歳のせい」と思われがちで周囲の人が気づかないことがあります。記憶障害が著しく、特に最近の出来事を忘れてしまいます。

特徴的な症状の例

- 何度も同じ質問をする
- 物事の段取りが悪くなる
- 月、季節を間違える
- 約束したことを覚えていない など

●血管性認知症



脳の血管障害で脳細胞が死滅することで発症します。脳血管障害を起こす高血圧や糖尿病などの治療・改善が予防につながります。

特徴的な症状の例

- 意欲が低下する
- もの忘れがあるわりにはしっかりしている時がある(まだら認知症)
- 手足の麻痺がある など

●レビー小体型認知症



初期の頃はもの忘れより、うつ状態、失神、震えといった症状が出たり、実際には無いはずのものが見える幻視を認めたりすることがあります。

特徴的な症状の例

- 子どもや虫が見えると言う
- 夢を見て反応し大声を出す
- もの忘れは軽い など

●前頭側頭型認知症(ピック病)



もの忘れの症状は軽く、意欲や理性、感情をコントロールすることが難しくなります。万引きや無銭飲食などで周囲を困惑させることも少なくありません。

特徴的な症状の例

- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる
- 自己本位な行動が目立つ など