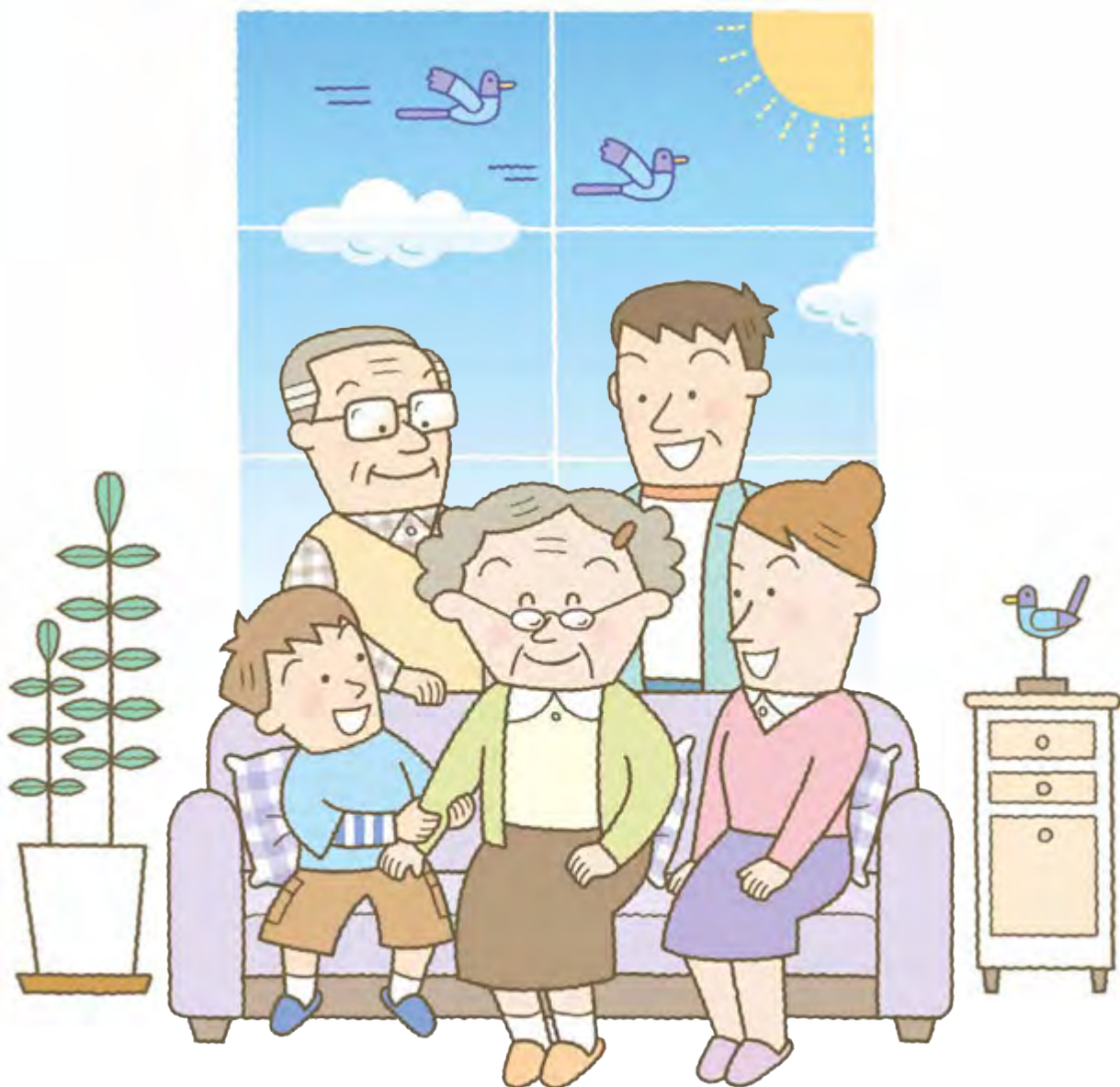


認知症

～正しく理解し、上手に向かい合いましょう～

【監修】医薬情報研究所／株式会社エス・アイ・シー
公園前薬局(東京都)薬剤師 堀 美智子 先生



その“物忘れ”「歳のせい」だと思いませんか？

認知症の初期症状として知られている物忘れ。しかし、加齢により誰にでも起こり得る物忘れとは違います。

加齢による物忘れ

食事のあとに、「何を食べたか思い出せない」という状態。これは、出来事の一部を忘れてしまうにとどまります。



日常生活に支障をきたさない



認知症による物忘れ

食事をして、食事をしたこと自体を忘れてしまいます。そのため「ごはんはまだ？」と何度も催促してしまうことがあります。



日常生活に支障をきたす



この1～2年間で、同じことを何度も言ったり聞いたりする、物を置き忘れたりする、人の名前が思い出せないなどの変化がみられる場合には認知症の可能性が考えられます。

認知症ってどんな病気？

認知症とは「脳や身体の疾患により記憶・判断力などに障害が起こり、日常生活に支障をきたす状態」とされています。

中核症状

認知症患者に必ずみられる症状



料理を作る、
電話をかけるなど
複雑な動作が
困難になる



何度も同じことを
聞く、言う



日時や場所が正しく
認識できない

周辺症状

人によって差がみられる症状



趣味や習い事に
興味をなくす
物事への関心・
意欲が低下する



物を盗まれたと訴える



不眠または過眠

認知症の診断

診断

ご本人やご家族への問診、知能テスト、画像診断、血液検査などの結果を総合的にみて、診断がされます。日々の生活の様子や、いつ頃から症状が出始めたか…などの情報も診断の際に必要となりますので、必ずご家族の方と一緒に病院に行くようにしましょう。



ご本人もしくはご家族の方で、「もしかしたら認知症かもしれない」と思い当たることがありましたら、早めに医師に相談しましょう。かかりつけの病院で気になることを相談するのもよいでしょう。「もの忘れ外来」など認知症を専門に診察する医師もいます。

認知症の治療

治療

現在ではまだ認知症を治すことはできませんが、治療やケアにより症状の進行を軽くしたり遅らせることができます。また、早めに治療を開始するほど、治療効果が高いことがわかっています。

認知症の治療においては、早期からの適切な治療が大切です。

治療の3本柱

薬物療法

症状の進行を遅らせて、もの忘れや判断力の低下を改善させる効果が期待できます。

非薬物療法

脳を活性化させる目的で、回想法や音楽療法などがおこなわれます。

介護(ケア)

ご家族や介護者、地域によるサポートも重要です。デイケアやヘルパーなどの福祉サービスを利用するのもよいでしょう。



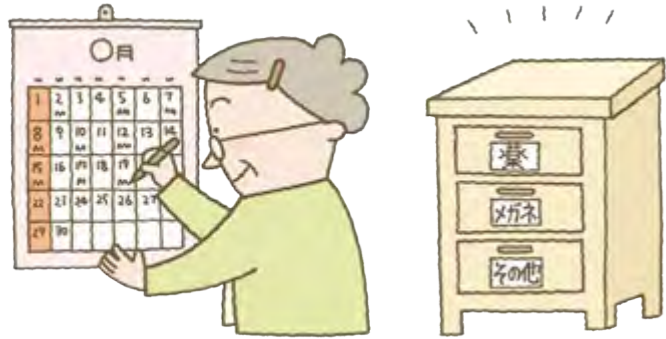
認知症における治療の目標は、症状の進行を遅らせて患者さんのQOLを維持することです。ご家族や介護者は、治療は病気を治すものではないことを理解したうえで、患者さんの治療に対する意欲を導き出すことが重要です。

日常生活で気を付けたいこと

患者編

ポイント 1 物忘れへの対策

物忘れによる不安・混乱を少しでも減らせるような習慣を心がけましょう。



ポイント 2 食事について

おいしく、楽しく食事をするように心がけましょう。
ものがうまく飲み込めない誤嚥に注意しましょう。
また、他の病気の治療で食事制限が必要な場合は医師の指示に従ってください。



※誤嚥に注意



ポイント 3 今までの生活スタイルを急に变える必要はありません

認知症になったからといって今までの生活が急にできなくなるわけではありません。前向きに考え自分らしい生活を続けることが大切です。



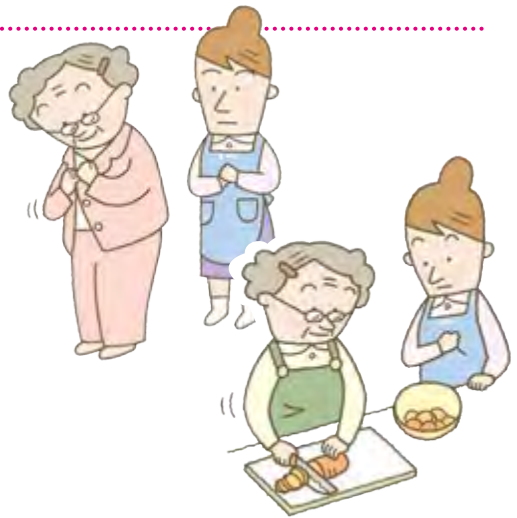
日常生活で気を付けたいこと

ご家族・介護者編

ポイント 1 自分でできることは やらせてもらう

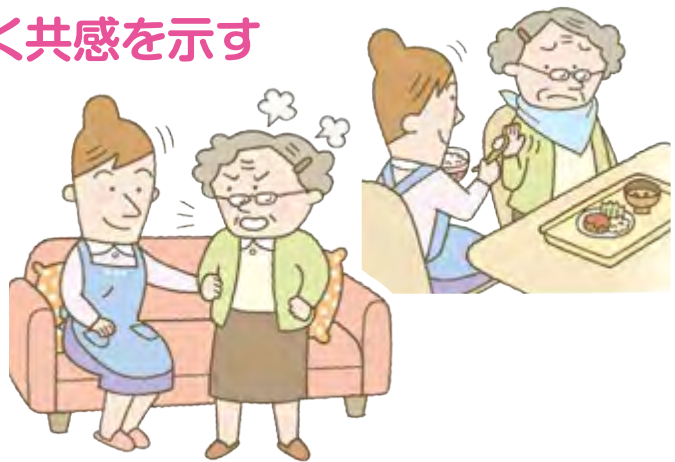
ご家族や介護者が何でもしてあげるとい
う状態は、患者さんの心身の機能がどん
どん低下してしまいます。

自立した生活は自尊心を保つうえでも大
切ですから、できることはサポートするだ
けにとどめ、見守ることを心がけましょ
う。



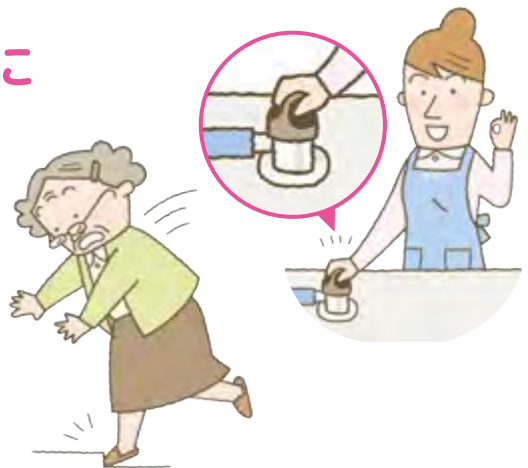
ポイント 2 否定ではなく共感を示す

認知症では、否定や注意をす
ることは怒りの引き金にもな
り逆効果となってしまいます。
患者さんご本人の気持ちに理
解を示し、認めてあげるなど
受け入れることを心がけま
しょう。



ポイント 3 健康管理・生活環境に 注意をはらう

認知症が進行すると、適切な意思表示が難
しくなるため、ご家族や介護者が患者さん
の健康状態に気をつける必要があります。
また、注意力や判断力も低下するため、日々
の暮らしの中で危険なものがないか見直し
ましょう。



こんなときは…？対応のポイント

ご家族・介護者編

ごはんを食べたばかりなのに
「ごはんを食べていない」「ごはんはまだ？」と催促する



「さっき食べたでしょ!」



「すぐできるから待っててね」



「財布を盗まれた!」と怒る



「盗っていません!」



「おやつを食べてから
探しましょう」



認知症の症状である「物忘れ」によるものですので、患者さんへの訂正や説得は期待できません。逆にこれを上手に利用し、関心を別のものに向かわせたり、話題や状況を変えてみましょう。

ご家族の方へ

●「できないこと」より「できること」に目を向けて

日々の介護の中で、患者さんができなくなる、わからなくなる様子を見ているのは大変つらいことだと思います。そんな時は少し視点を変えて、まだできること、わかることに目を向け、それが少しでも長くできるようにと気持ちを切り替えて前向きに考えましょう。



●早めに家族で相談を

いつまで続くのか先が見えない介護は、介護者に相当な負担がかかります。少し休息を取りたくなったり、少し離れた方がよい時にはどうすればいいのか…。ストレスや悩みを一人で抱え込まずに、患者さんの症状が軽いうちから家族などと相談しておくことが大切です。



●介護（ケア）システムも利用しましょう

ご家族や周りの人達に相談・協力してもらうことはもちろん、国や地域のサポートシステムを利用することも大切です。福祉介護システムなどについて早い時期から調べておきましょう。





ニプロ 一般向け情報サイト

お薬と病気のなるほどライブラリ
「認知症について」はこちら ▶▶



医療機関・薬局名