

「認知症かな?」と思ったら、まずは相談を

一気づきのチェックと相談・医療機関ガイド

森町認知症ケアパス



65歳以上の4人に1人は認知症またはその予備軍とされています(厚生労働省)。しかし、認知症は「年だから仕方がない」ものではなく、高血圧や糖尿病等と同じ『病気』です。

本当に認知症かどうかは医療機関を受診しなければ分かりません。改善出来る場合や認知症以外の病気で一時的な症状の場合がありますので、まずは相談しましょう。

早く気づくことが大切

認知症は早期に発見して、適切な対策を行えば、改善したり、進行を遅らせたりすることが出来ます。また、症状が軽いうちに病気と向き合い、医療機関などに相談したり、家族と話し合ったりすることで今後の生活に備えることが出来ます。早く気づくことが何よりも大切なのです。

もしも認知症だとわかったら、不安になるのは当然です。適切な治療を受けながら冷静に自分の生活を見直し、家族とも話しあって今後の生活に備えましょう。

認知症の『もの忘れ』

体験のすべてを忘れてしまう

体験したこと自体を忘れてしまいます。例えば食事したこと自体を忘れてしまいます。

もの忘れをしたことを自覚できない

忘れていたこと自体に気づかなくなります。ヒントを出しても思い出せません。

日時・人・場所などがわからなくなる

月日や家族、自宅の場所などがわからなくなります。

性格が変わる

頑固さや怒りっぽさが目立つようになります。

日常生活に支障がある

生活するうえで、様々な支障が起きます。



加齢による『もの忘れ』

体験の一部を忘れる

食事の内容(何を食べたか)など体験の一部を忘れることがあります。

もの忘れをした自覚がある

忘れっぽいことを自分でもわかっています。ヒントを出すと思い出せます。

日は多少間違えても、月は間違えない。人・場所などは覚えている

家族や自宅の場所を忘れることはありません。

性格に大きな変化はない

態度や人格は変わりません。

日常生活に大きな支障はない

時間がかかるが日常生活を送ることができます。



※認知症が気になる方は、別添の「もの忘れ相談シート」を利用下さい。受診や相談時に持参すると、相談がスムーズです。