

正しく知り、理解しよう

認知症の基礎知識

認知症は誰にも起こりうる病気です。

厚生労働省が平成24年に発表した調査によると、全国の65歳以上の高齢者で認知症の人の推計は15%、約462万人と発表されており、増加傾向にあります。また予備群を含めると、65歳以上の約4人の1人に発症するともいわれています。

認知症とは

認知症とは、いったん発達した知能が、脳や身体の病気によって、日常生活や社会生活に支障をきたすまで低下した状態のことをいいます。

認知症には種類があり、主なものに「脳血管性認知症」「アルツハイマー型認知症(変性疾患)」「レビー小体型認知症」などがあります。

●主な認知症

脳血管性認知症／脳卒中発作の後で認知症の症状が出現
アルツハイマー型認知症／物忘れから始まり、ゆっくりと進行
レビー小体型認知症／色鮮やかなはつきりとした幻視症状、パーキンソン症状(手足の震え、

転びやすいなど)

●症状

認知症の症状には、直前の出来事を忘れてしまったり、日にちやいる場所が分からなくなったりするなどがあります。例えば今まで行っていた家事ができなくなったり、二つ以上のことが重なること、理解が難しくなったりすることがあります。

また個人差はありますが、心の状態やもとの性格、周囲の環境や人間関係が影響します。例として、気分が落ち込んだり、目の前にないはずの物が見えたり、出先で道に迷うなどの症状がみられることがあります。

早期診断・治療が重要

認知症は早期診断・治療が非

常に重要。今のところ、完全に治す方法は見つかっていませんが、治療可能な場合や、症状が一時的な場合があり、これらを見逃さないことが大切です。

なぜなら認知症は、症状が軽い段階から適切に治療を行えば、症状を軽くしたり、進行を遅らせたりすることができるとです。認知症が疑われたときは、まずかかりつけ医に相談しましょう。

認知症予防

認知症は生活習慣病と密接に関わっています。高血圧症や高脂血症、糖尿病などは、脳血管疾患を引き起こす可能性があり、認知症につながる可能性があるからです。病気は医師の指示の下、適正にコントロールし、運動や食事などの生活習慣にも気を配りましょう。そうすることで、認知症の発症や進行を遅らせる効果が認められています。

日々の生活での、ちょっとした心掛けが認知症予防につながります。

学びの場などに参加を

認知症を知り理解してもらおうと、講座や交流会などを実施

しています。この機会に参加してみませんか？

●認知症サポーター養成講座

認知症の予防や対応方法について学びます。

日時／11月20日(木) 午後1時30分～3時

場所／第二市民会館

対象／市内在住・在勤の人
定員／30人程度

申込期限／11月13日(木)

※認知症サポーター養成講座は、皆さんの住む地域に向向いても実施します。対象は10人以上の団体で、希望する日の1か月前までに申し込んでください。

●認知症家族交流会

同じ悩みを持つ家族同士の交流の場です。

日時／12月12日(金) 午後1時30分～3時

場所／第二市民会館

対象／認知症の人を介護している人、介護を経験した家族

定員／15人程度

申込期限／12月5日(金)

申し込み・問い合わせ先

高齢者福祉課高齢者班(旭市地域包括支援センター)

☎62・5433

