

# 健康 ぷらざ

## 理解して対応を

### — 認知症 —

順天堂大学大学院精神・行動科学 教授 新井 平伊

企画：  
日本医師会

No.411

### まずはよく知ろう

認知症は、脳の神経細胞の働きが悪くなることによって起こる病気です。認知症になると記憶力や判断力などが低下し、現実を正しく認識することが難しくなってしまいます。

物忘れで気づくことが多いのですが、本人のもとの性格や環境などによって症状はさまざまです。うつ状態になったり、イライラして怒りっぽくなったり、性格が変わったように感じることもあります。

### 心配ならすぐ受診を

認知症は治らないと、諦めたり放っておくのは間違いです。早く症状に気づいて適切な治療を受ければ、症状の進み方を緩やかにし、日常生活の問題を減らすことができます。認知症について理解を少しずつ深めていけば、自分らしい生き方を全うするための準備をすることもできます。

認知症の診断は初期ほど難しいので、気になるときはかかりつけの医師に早めに相談し、専門医の紹介を受けましょう。いつごろからどんな様子だったか具体的なメモを用意しておくといでしょう。

### 適切な対応が鍵

家族が認知症と診断されても、あわてないことが大切です。今まで通りにできないことに気づき、一番苦しんでいるのは本人です。認知症になったとしても、豊かな感情や思いやりは持ち続けていることを忘れないでください。

本人と家族が穏やかで心地よい生活が過ごせるように、みんなで認知症の理解を深めましょう。また、介護保険でヘルパーさんを頼んだり、デイサービスを使うなど、公的サービスを積極的に利用しましょう。

