



認知症サポート医
なかいクリニック院長
なかいやすひと
中井康人 先生

認知症とは
さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで起こる脳の病気です。認知症になると認知機能の低下により生活に支障が出る場合があります。なお、多くの場合、認知症を発症する前に軽度認知障がい(MCI)が現れますので、早期に対策することができ

認知症サポート医にお話を伺いました
早期に診断を
初期症状が現れてから診断を受けるまでに、大体一年以上たっています。早く精神科や神経内科、脳神経外科などの専門医に相談することで、さまざまな対応や準備をすることができ

人との交流が大切です
認知症薬は進行を遅くする効果はありませんが、特効薬ではありません。家族以外の人と交流し、刺激を得ることが大事です。家に閉じこもらず、積極的に地域活動や趣味の会、デイサービスや集いの場に参加するなど、活動的なライフスタイルが大切です。

早期に診断を
初期症状が現れてから診断を受けるまでに、大体一年以上たっています。早く精神科や神経内科、脳神経外科などの専門医に相談することで、さまざまな対応や準備をすることができ、橋本市では、早期の支援のために「認知症ケアパス」を作ったり、「認知症相談」や「認知症初期集中支援チーム」を設置したりしています。早期に診断を行うことが大切です。

シルバーライフに輝きを。

～高齢者の福祉を身近にわかりやすく～

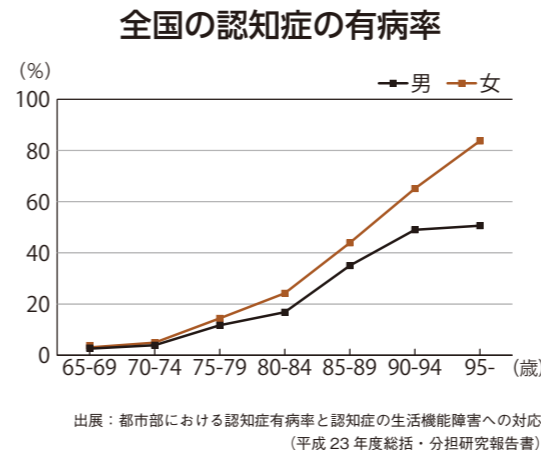
きらり

vol.62 2022.9

- 主な内容**
- ▶ 認知症を正しく理解しよう
 - ・ 認知症サポート医、認知症の家族を持つ人たちへのインタビュー
 - ・ 認知症体験集の紹介
 - ・ 認知症サポーター募集
 - ▶ 100歳おめでとうございます
- 編集・発行 健康福祉部 いきいき健康課



▲「みかんの会」の会員が看護学校の学生たちと交流しました



認知症を正しく理解しよう
認知症は、私たちの人生の一部です。認知症になっても、人生を自分らしく生きていく人はたくさんいます。認知症と診断されても、その日から何もできなくなるわけではありません。進行すると、生活にとって重要な能力が失われることはありません。ですが、できることを精一杯することで、認知症進行予防、現状の維持につながります。まずは、認知症を正しく理解することから始めましょう。

認知症はとても身近な病気
5人に1人が発症するといわれています。高齢化の進捗とともに認知症の人数が増加しており、75歳以降から有病率が急上昇しています。

認知症と年齢相応のもの忘れ
認知症による短期記憶障がい、年相応のもの忘れと異なり、忘れたことを自覚できにくくなるので、生活に支障が出てきます。

認知症の家族とともに過ごして

認知症の母から学んだこと
母にもの忘れが出てきて、初めはショックで受け入れられませんでした。日常生活に支障が出始め、現実を受け入れ、施設に入ることになりました。離れて生活することで家にいた時より母が愛おしくなり、面会などを通し楽しい時間を過ごすことができています。家族として悔いのないよう、今できることを精一杯することが大切です。本人には、「嬉しい」「楽しい」という気持ちがずっと残るので、残りの人生を一緒に楽しく歩みたいです。



▲グループホームに入所中の母

認知症の妻から学んだこと
妻に軽い認知症の症状が現れて、みかんの会に参加しました。皆さんには大変歓迎され、妻はみかんの会が楽しみでしたが、急に具合が悪くなり、みかんの会の皆さんに見送られ、天国に旅立ちました。認知症であることは決して恥ずかしいことではありません。私ももの忘れが増えてきましたが、同じ境遇の仲間と共に楽しく過ごすことが大切です。妻を介護した自分も同じ立場になり、切に思います。



▲妻の写真を持つ夫

