



健やか豆知識 第14回

Q. 65歳以上の人口のうち
認知症の人の割合は
何%でしょう?

- I 5~10%
- II 10~15%
- III 15~20%

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

認知症初期症状の例

- 意欲の低下
- 段取りの悪さ
- ことばの能力の低下
- 睡眠の異常



— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

認知症は“症候群”。
症状もいろいろです。初期の“不安”に着目を。

認知症は「認知障害があり、生活に支障をきたす段階に至っている状態」を指す用語です。つまり、「認知症」は単一の疾患を示していることばではなく、「アルツハイマー病」をはじめとする、さまざまな病気・原因で生じた「症候群」のことを表します。

社会構造の変化、検査方法の進歩、そしてさまざまな啓発活動などによって、「認知症」の診断を受ける人の数は増え続けています(福岡県久山町の高齢者認知症有病率は1985年7%から2012年18%に増加)。2017年の高齢社会白書(厚生労働省)では、日本の高齢者の約15~16%(2015年時点)が認知症であることが推定されています。この現状を受け、認知症とはどういうものか、認知症の人がどんな体験をしているのか、多くの人が理解しておく必要があると思われます。

認知症はもの忘れだけが症状ではありません。とくに初期には「自分がもとの自分と違ってしまった」という主観的な感覚から、強い不安を感じる事がしばしばあります。周囲の人には、不安の心理を慮り、本人の背中をそっと支えながら受診の一步を踏み出す手助けをして頂きたいと思ひます。

監修 笠貫 浩史 聖マリアンナ医科大学 神経精神科学 教授

さらに詳しい情報は
ホームページで!



< 正解 III 15~20% >

クイズの解説

近い将来、認知症の有病率は高齢者人口の20%に達すると見込みです。認知症は身近なもので、「私は大丈夫」とは誰も言えないのです。そのはじまり方(初期症状)は一様ではありません。認知症の症状という「もの忘れ」のイメージが強いと思いますが、「意欲の低下」「段取りの悪さ」「ことばの能力の低下」「睡眠の異常」などが初期症状になる例があります。

初期症状はさまざまでも、診察室で話を聴いていると「今までと違う自分になってしまったのではないか」という独特な感覚を抱き、不安に襲われている点が共通するようです。たいていの人は「不安」を即座に解消する行動をとるよりも、「そんなはずはない」と「不安」を棚上げにする心理が勝るようです。「トシのせいだろう」と解釈し、加齢性の変化だ、と信じることで不安を紛らわせる人も多いです。

<笠貫浩史先生からのアドバイス>

「このような不安を体験しているのは、ほかならぬ『本人』であること」を常に意識し、その心の動きを想像しながら接する心構えを育てていただきたいと思います。不安な気持ちのときに、「どうして間違えたの」「さっき言ったこともう忘れたの」などとあからさまに指摘されては、本人は気持ちのやり場に窮してしまいます。その結果、落ち込んだり、怒ったり、ときには相手のせいにするような言動をみせることもあるでしょう。

そしてやはり、**早目に医療機関に相談する**ことは大切です。認知症はたくさんの要因で生じますから、治癒する可能性が高い病気が要因のこともあります。受診をすれば必要な検査を受け、調べることができます。また、早期の受診が向後の不安に備える具体的なきっかけになります。不安をいつまでも棚上げにはしておけません。優柔不断に陥りやすいことも認知症の症状の1つですから、**周囲の人には、本人の背中をそっと支えながら受診の一步を踏み出す手助けをしていただきたいと思います。**

「認知症」の人のために家族が出来る10か条

1. 見逃すな「あれ、何かおかしい?」は、大事なサイン。
2. 早めに受診を。治る認知症もある。
3. 知は力。認知症の正しい知識を身につけよう。
4. 介護保険など、サービスを積極的に利用しよう。
5. サービスの質を見分ける目を持とう。
6. 経験者は知恵の宝庫。いつでも気軽に相談を。
7. 今できることを知り、それを大切に。
8. 恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう。
9. 自分も大切に、介護以外の時間を持とう。
10. 往年のその人らしい日々を。