



不調を見逃さない!

認知症

年齢を重ねると「もの忘れ」の自覚は誰にでもあるのではないのでしょうか?

“もの忘れ”にも加齢によるものと認知症によるものがあり、“もの忘れ”以外の症状が現れる場合もあります。

本人や家族が認知症について正しく知り、早期発見と予防をすることが大切です。

1 あれ、お義母さんまたカレーを買ってきてる… え?“また”って?

2 最近、カレーばかり買ってくるのよ。もしかして認知症なんじゃないか?

3 でもお義母さんそれ以外は問題ないしただのもの忘れよ… もの忘れにしてはちょっとおかしい気がする…

4 **日本における認知症の将来推計**

年	認知症の人数(左軸)	高齢者に占める割合(右軸)
2012	462	15.0%
2015	525	16.0%
2020	631	18.0%
2025	730	20.8%
2030	830	23.2%
2040	953	25.4%
2050	1,016	27.9%
2060	1,154	34.3%

出典:「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」

2025年には高齢者の5人に1人が認知症になってしまうんだ!



その「もの忘れ」、認知症が原因かもしれません。

もの忘れと認知症の違い

加齢によるもの忘れ

記憶の流れ

一部を忘れる
記憶の帯はつながっている

- 体験の一場面を忘れる
- ヒントを出せば思い出せる

認知症

記憶の流れ

全体を忘れる
記憶が抜け落ちる

- 体験したこと自体を覚えていない
- ヒントを出しても思い出せない

■ たとえば

- 食事のメニューが思い出せない
- 出かけた先で会った人の名前が思い出せない



お義母さんカレーはたくさんあるので買わなくていいですよ

買ってこないわ!



■ たとえば

- 食事をしたこと自体を覚えていない
- 出かけたこと自体を忘れる

※認知症には原因となる疾患によりさまざまなタイプがあります。



認知症かも?と思ったら、初期症状をチェックしてみましょう!

初期症状チェック

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった
- 置き忘れやしまい忘れができた
- 以前あった関心や興味が失われた
- だらしくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れたところで道に迷った
- 財布などを盗まれたという
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 蛇口・ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった
- 複雑なテレビドラマが理解できない
- 夜中に急に起き出して騒いだ

ご家族とチェックしてみてください!



もの忘れの他にも症状があるのわ

※薬の影響や糖尿病・硬膜下血腫等も認知症と同じ症状がでることがあり、原因が改善されれば認知症も改善される場合があります。

3つ以上あてはまったら

認知症の可能性あり。かかりつけ医や地域包括支援センターに相談を。

■ 地域包括支援センターとは

高齢者やその家族を支援するために各市町村が設置している総合相談窓口です。認知症に関する相談の他、介護・予防サービス利用等、専門職が相談を受けます。



認知症のタイプと特徴

認知症は原因などにより症状が異なります。おもな認知症の症状を紹介します。

アルツハイマー型認知症

最近のことは忘れる。もの忘れから徐々に進行する。

脳血管型認知症

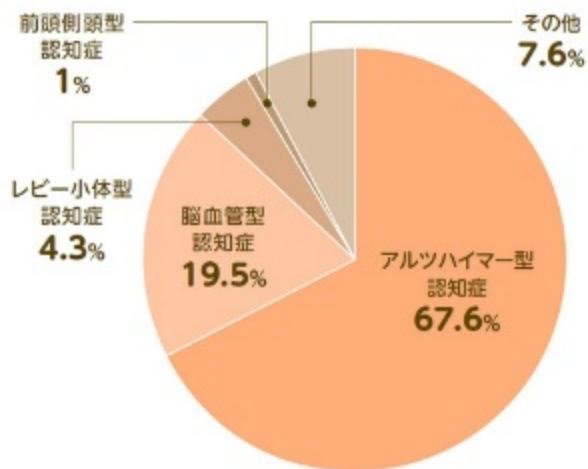
脳梗塞や脳出血によって脳細胞が破壊されるたびに段階的に進行する。

レビー小体型認知症

幻視、手足の震え、転びやすくなるなどの症状が現れる。

前頭側頭型認知症

感情の抑制がきかなくなったり、社会のルールを守れなくなる。



出典:厚生労働省 認知症の基礎

認知症の対策はあるのでしょうか?

認知症になる前の「軽度認知障害(MCI)」のうちに発見すれば回復の可能性があります!

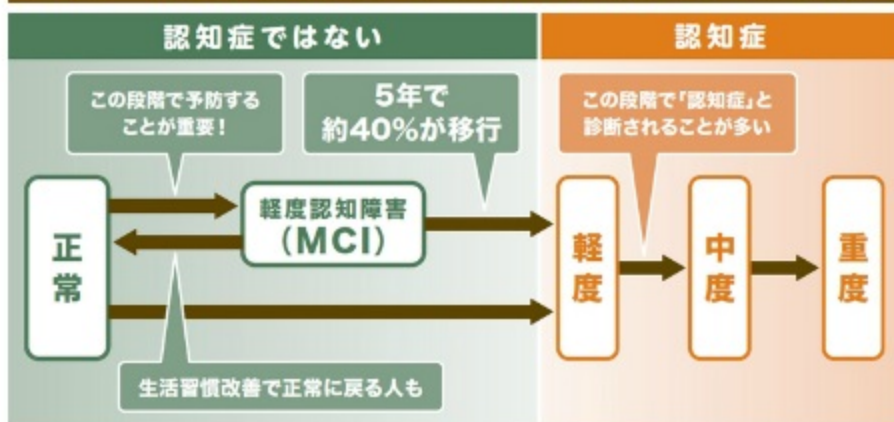
軽度認知障害(MCI)とは

健常者と認知症の中間に当たるとされ、対応によっては症状が回復したり、発症を遅らせたりする可能性がある時期です。



初期症状を見逃さないで!

正常 ⇒ 軽度認知障害(MCI) ⇒ 認知症 までの流れ



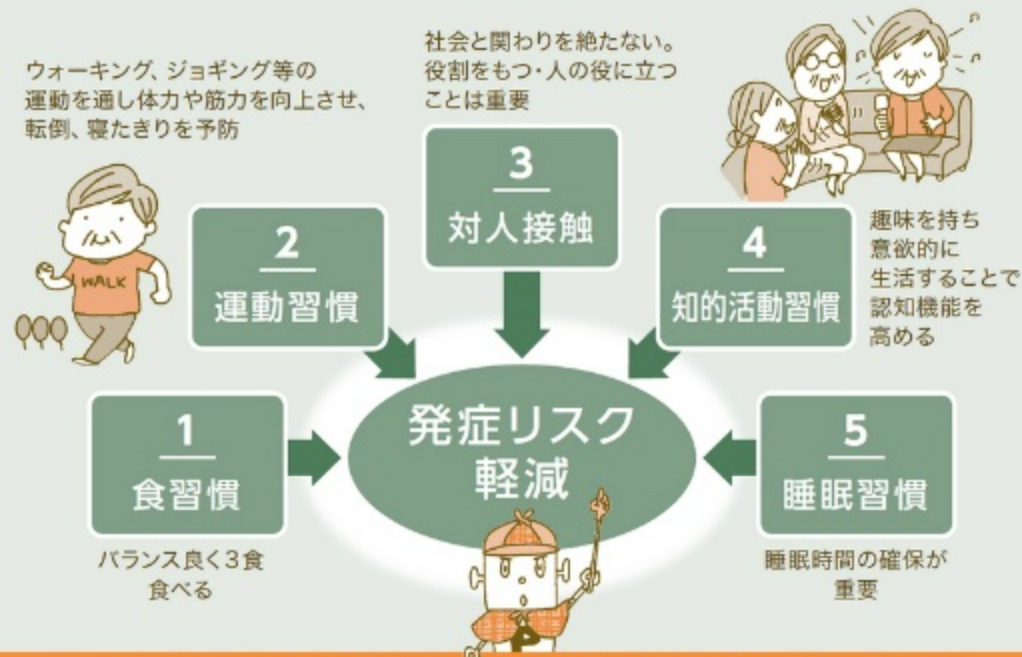
軽度認知障害(MCI)の段階で、進行を食い止めたい



軽度認知障害(MCI)を放置すると、認知機能の低下が続きます。軽度認知障害(MCI)から認知症に症状が進行する人の割合は年平均で10%とされています。5年間で約40%の人は認知症へとステージが進行することになります。

大切なのは早期発見と予防

現時点では決定的な治療法・予防法はないとされている「認知症」ですが、軽度認知障害(MCI)の段階であれば、正常に戻る場合も、発症を遅らせる可能性も高いとされています。生活習慣を改善し、認知症の発症リスクを減らしましょう!



本人や周りの人が「何かおかしい」と今までとは違う異変に気づいたら「早期受診」「生活習慣病予防」「人との関わり」がポイント!

生活習慣で改善できる可能性があるのね



僕たちも一緒に頑張ろう!

トヨタ健保の介護支援(ジョイネット)

老人保健施設を中心に様々な介護サービスを提供しています(トヨタ健保加入者以外もご利用可能)

●ジョイネットの詳細はホームページをご覧ください

ジョイステイ 検索

トヨタ記念病院

老人保健施設 ジョイステイ



リハビリにより在宅復帰・在宅支援を行います

行政(豊田市)

居宅介護支援 ジョイプラン

介護認定を受けた方のケアプランを作成します

ジョイネット

トヨタ地域包括支援センター 豊田市豊南地区の高齢者の総合相談窓口です

社会福祉協議会

サービス事業者