

認知症には主に次の4つの種類があります。

認知症の主な種類

認知症は、脳の病気です。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によって、判断力の障害が起こり、日常生活に支障が出る状態がおよそ6か月以上継続していることをいいます。一番多い要因は「加齢」。誰もがなる可能性のある病気と言われているのはこのためです。

認知症とは？

あなたは認知症についてどれくらい知っていますか？そして、その情報は本当に正しいですか？はじめに、認知症を正しく知るための基礎知識をご紹介します。

正しく知る

「怒り」「ぼんやり」「意欲がなくなる」「幻覚・妄想」など、心の状態や性格、環境などにより出てくる症状。

行動・心理症状

「怒り」「ぼんやり」「意欲がなくなる」「幻覚・妄想」など、心の状態や性格、環境などにより出てくる症状。

どんな症状がある？

認知症の症状は、大きく2つに分けることができます。

◆中核症状

「すべし」を忘れてしまつ「考えるスピードが遅くなる」など、脳の細胞が壊れることにより直接起こる症状。

◆行動・心理症状

「怒り」「ぼんやり」「意欲がなくなる」「幻覚・妄想」など、心の状態や性格、環境などにより出てくる症状。

◆アルツハイマー型認知症

約半数を占める。異常なたんぱく質が脳に溜まって神経細胞が死んでしまい、脳が萎縮することによって起こる。

◆脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血、くも膜下出血などの脳の血管の病気によって引き起こされる。

◆レビー小体型認知症

レビー小体という特殊なたんぱく質の増加が原因で起こる。

◆前頭側頭型認知症

脳の司令塔である前頭葉や側頭葉が萎縮して起こる。

行動・心理症状は環境を整えたり、周囲が適切に対応したりすることで、症状を緩和したり、予防したりすることができます。

「何もできない、分らない」は大きな間違い！

認知症は、少しずつ進行していきます。認知症になったからといって、すぐに何もできなくなったり、分からなくなったりするわけではありません。認知症になっても、できること、分かることはたくさんあります。

例えば、「出た日のことを忘れても、地域の人の声かけがあればきちんと出すことができ、地域の集まりの日のことを忘れても、家族の声かけや仲間の誘いで参加し続けられるかもしれません。

「できないこと」をサポートすれば、その人らしく日常生活を送ることができ、そのさりげないサポートこそが、認知症本人や家族が暮らしやすい地域につながるのです。

加齢による物忘れと認知症の記憶障害との違い

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人や誰なのか分からない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したこと自体を忘れている
物覚えが悪くなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

(出典：認知症サポーター養成講座標準教材)



《高齢者支援課》

「認知症」と聞くと、あなたはどんなイメージを思い浮かべますか？

「何も分からなくなる」「何もできなくなる」「認知症になったら人生終わり」「自分や家族がなったら恥ずかしくて人に言えない」— そう思っている人は、認知症を誤解しているかもしれません。そして、その誤解が、認知症本人や家族の暮らしに暗い影を落とすことにつながるのです。

9月は「世界アルツハイマー月間」。厚生労働省の推計では、2025年には65歳以上の人の5人に1人が認知症になるといわれています。認知症は決して特別なものではなく、誰もがなる可能性のある病気です。

もしも自分が、大切な人が、地域の人が認知症になったら…。認知症を「自分ごと」として捉え、認知症になっても住み慣れたこの地で、最期まで自分らしく、本人も家族も笑顔で暮らすためにはどうすればいいのか。認知症を正しく知り、一人ひとりがそれぞれの立場で今できることを考えてみませんか？

なつちろ人生終わり？

特集
認知症

～認知症になっても、住み慣れた地域で自分らしく笑顔で暮らすために～

1994年、国際アルツハイマー病協会は世界保健機構 (WHO) と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」9月を「世界アルツハイマー月間」とし、オレンジをテーマカラーとして認知症に関するさまざまな啓発活動を行っています。