

認知症について相談できる、
お近くの地域包括支援センターや
医療機関などを検索できます。

医療機関・
地域包括支援センター

検索

認知症あんないダイヤル

いーき後にしよー

☎ 0120-1652-44

受付時間 9:00~21:00 (土日祝も受け付けております)



ちびまる子ちゃん

© さくらプロダクション/日本アニメーション

認知症何でもQ&A

じつは、決して重い症状ばかりが認知症とは限りません。
日常で本人や家族に困ることが増えてきたら、認知症の可能性もあります。

認知症ってどんな病気？

認知症とは、「脳や身体の病気が原因で記憶・判断力などの障害がおこり、普通の社会生活が困難になる状態」をいいますが、いくつかのタイプがあります。

【アルツハイマー型認知症】

脳の神経細胞が減って脳が小さく萎縮してしまうために症状が出るタイプ

【脳血管性認知症】

脳の血管が詰まったり破れたりして、その部分の脳の働きが悪くなるために症状が出るタイプ

【その他の認知症】

レビー小体（異常な構造物）が脳皮質にたまってしまうことによる、「レビー小体型認知症」などなお、脳腫瘍やビタミン不足などによる病気で認知症の症状がみられることがあります。（認知症の約1割程度）。

この場合は原因となる病気を治療すれば、治る、あるいは症状が軽くなる事があります。これを見分けるためにも、早めにかかりつけ医に相談することが大切です。

どこまでが単なるもの忘れで、どこからが認知症なの？

たしかに認知症は、老化による単なるもの忘れとの区別がつきにくい病気です。本人や家族が「年のせいでしょ」と思うような日常の些細な変化が、認知症のサインかもしれません。見逃さないようにしましょう。

- ◆ 「たまに」同じことを言うというより、「しょっちゅう」同じことを言ったり聞いたりする。
- ◆ 「ときどき」探し物をするというより「いつも」探し物をしている。
- ◆ 人の名前がすぐ出てこないのではなく、ヒントを言っても思い出せないことがある。
- ◆ 「食べたメニューを思い出せない」のではなく、「食べたこと自体を覚えていない」ことがある。

治療って、できるのですか？相談するメリットはあるの？

検査してみたら認知症ではなかったというケースもあるので、まずは相談や検査を試みるのが大切です。

現在、認知症の約半数を占めるアルツハイマー型認知症には、症状の進行を遅らせる薬があり、早めに服用するほど効果が期待できます。

何科のお医者さんに、どんなタイミングで相談したらいいだろう？

精神科や心療内科でなくても、普段かかっている近所のお医者さんにも相談できます。認知症は、約2年で軽度から中等度へ進行するという報告もあります。

「認知症かもしれない。でもまさか」というくらいのうちに、一度、相談することをおすすめします。

なぜ、医師の診断が必要なの？

認知症の症状がみられる場合でも、その原因やタイプによって、その後の生活上の注意点や治療方法も変わってきますので、その見極めのために医師の診断が大切です。何かの病気が原因で認知症の症状がみられるのであれば、その病気の治療が必要となります。

どのようにして検査するの？

一般的には、医師と対面して問診で診断します。そのほか、記憶や認知機能の程度を調べる検査や、脳の状態を視る画像検査が行われることもあります。

【認知機能検査】

日時や物の形の認識、簡単な計算、数分前に見た物の記憶などを調べる検査です。

【画像検査】

CTやMRIなどで脳の萎縮、梗塞や出血の有無などをみる検査です。

また、他の病気が原因の場合と鑑別するため、血液検査や心電図検査などの一般的な身体検査や、運動機能や神経の働きを調べる神経学的検査が行われることもあります。

！ 認知症・早期発見のめやす

最近家族と話をしていますか？

認知症の早期発見には、
日ごろのコミュニケーションが大切です。

思いあたること、ありませんか？

以下は認知症の始まりではないかと思われる言動を「認知症の人と家族の会」の会員の経験からまとめたものです。個人差もありますが、日常の暮らしの中で以下のいくつか思いあたることがあれば、最寄りのお医者さんや地域包括支援センターに相談しましょう。

家族がつくった 認知症・早期発見のめやす

もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増えいつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった



不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時 持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える



不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時 持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える



人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた



意欲がなくなる

- 下着を替えず 身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をすることも億劫がりいやがる



あなたの悩みや不安・・・。かかえこまず、まずは気軽に相談を。

認知症について
相談したいときは



本人と相談に行きたい

医療機関

認知症に関する相談や診断・治療、医療への支援が受けられます。

本人が病院に行きたがらない
家族だけで相談したい

地域包括支援センター

病院や介護サービスの情報提供など、総合的な支援を行います。

地域の介護情報を知りたい

介護のことを
相談したいときは



認知症の人と家族の会



1980年結成。全国45都道府県に支部があり、介護経験を持つ会員が同じ立場で相談を受け付けています。

 **0120-294-456**

受付時間：月～金曜日 10：00～15：00（土日祝を除く）

介護の悩みを聞いてほしい


介護支え合い電話相談

介護経験や専門的スキルのある相談員が応じています。

 **0120-070-608**

受付時間：月～金曜日 10：00～15：00
（土日祝・年末年始を除く）

いー老後にしよー

認知症あんないダイヤル  **0120-1652-44** 受付時間 9:00～21:00
（土日祝も受け付けております）