

『知っているようで知らない認知症』

認知症看護認定看護師 浜口 美穂



認知症って いったいどんな症状が出現する？

認知症には色々な症状がありますが、主な症状として、物忘れや時・場所が分からなくなる、判断・注意力の低下などの『認知機能障害』と、慣れた道に迷う、お金を盗られたなど現実にはないことを思い込む(妄想)などの『認知症の行動心理症状』があります。(図2)。認知機能障害は、認知症を引き起こす病気になると出現してくる症状ですが、認知症の行動心理症状は必ずしも出現する症状ではありません。認知症の行動心理症状が出現する背景には本人にとって何らかの理由があると考えられ、本人や周囲の人が穏やかに生活できるよう、その理由に探り治療・ケアを行っていきます。



図2

認知症の予防について

現在、認知症をきたす病気の多くは完治が難しいため、認知症予防のための生活習慣が注目されています。体操やウォーキング・水泳などの『適度な運動』や『バランスの取れた食事』、『禁煙』を心がける必要があります。そして『余暇活動／社会参加』をすることで脳に刺激を与えることが、認知症予防に繋がると言われていますので取り組んでみてください(図3)。



図3

近年、テレビや新聞などで『認知症』という言葉をよく聞くようになりましたが、具体的に「認知症ってナニ?」と聞かれると答えに詰まってしまいませんか?今回は、『知っているようで知らない認知症』と題しまして、認知症の基礎知識についてお話しします。

認知症って…ナニ???

実は認知症イコール病名ではありません。認知症とは、『病気等の理由から脳がダメージを受けることで、記憶や判断能力・言語能力・見当識(年月や時・場所など、自分が今置かれている状況を認識する能力)などの認知機能が低下し、その結果、日常生活を送る上で困難が生じた状態』のことを言います。認知症の原因となる病気の中ではアルツハイマー病がよく知られていますが、その他にも認知症の症状をきたす病気は色々あります。病気によって治療・ケア方法が異なり、効果的な対応をとれば症状の改善や進行を遅らせることが可能な場合も有ります。そのため、『これって認知症の症状かな?』と気になる症状(図1)が多くみられるようになった場合には、かかりつけの医師に相談することをおすすめします。



図1