



天塩町認知症ケアパス

～認知症になっても地域で安心して暮らすために～



天 塩 町

1. 認知症を正しく理解しましょう

認知症は単なる物忘れではありません

認知症とは種々の原因疾患によって、記憶や思考などの認知機能の低下が起こり、6ヶ月以上にわたって、日常生活に支障をきたしている状態です。

①認知症と老化による物忘れの違い

加齢による物忘れ



- 物忘れを自覚している
- 体験したことの一部を忘れる
- ヒントがあれば思い出す
- 判断力は低下しない
- 日常生活に**支障はない**

認知症による物忘れ



- 物忘れの自覚がない
- 体験したこと自体を忘れる
- ヒントがあっても思い出せない
- 判断力が低下する
- 日常生活に**支障がある**

②認知症の種類

アルツハイマー型認知症

脳の中に特殊なたんぱく質がたまることで徐々に脳細胞が破壊され、脳が縮んでしまう病気です。認知症の半数以上を占めており、男性よりも女性に多く見られます。

症状の特徴

- 言葉や名前が出てこない
- 家の近くで迷子になる
- 物を無くす（盗られたと言う）

脳血管性認知症

脳の血管障害で脳細胞が破壊され、脳に機能しない部分が出てくることで発症します。男性に多く見られます。

症状の特徴

- 脳の障害を受けた部分の違いにより症状は個人差がある（麻痺・失語等）
- うつ状態になりやすい（意欲・食欲低下）
- しっかりしている部分もある

前頭側頭型認知症

原因は不明ですが、特に前頭葉と側頭葉という部分が縮んでしまう病気です。意欲や理性、感情コントロールが難しくなります。

症状の特徴

- 性格が極端に変化する
- 非常識、ルールが守れない（交通違反、万引き等）
- 同じ行動や言葉を繰り返す

レビー小体型認知症

脳の神経細胞に、レビー小体という異常なたんぱく質が集まることによって、神経伝達ができなくなる病気です。初期の頃は物忘れよりうつ症状等が見られます。

症状の特徴

- 幻視、幻聴（子どもや虫などが見える）
- 転びやすい、手の震えが見られる
- 物忘れは軽いことが多い

その他

脳腫瘍や慢性硬膜下血腫、甲状腺の病気、栄養失調などでも認知症の症状が現れます。これらは原因を治療することで改善が期待できます。また認知症と間違えやすい病気に、うつ病や薬の影響で認知症に似た症状が出る場合があります。

認知症のサインに気づいたら

認知症は原因によりますが、早期に発見して適切な対応をとることで、今後の見通しがついたり、症状に応じた対処の方法を知ることができます。認知症のサインに気づいたら、「かかりつけ医」や「地域包括支援センター」等の専門機関に相談しましょう。

右の表は医学的な判断基準ではありませんが、暮らしの中での判断基準の目安としてください。いくつか思い当たることがあれば、一度かかりつけ医や専門医に相談してみるとよいでしょう。



◆◆ 認知症のサイン ◆◆

- 同じことを何度も言ったり聞いたりする
- 置き忘れ、紛失が多くなった
- ものの名前が出てこなくなった
- 買い物に行くと同じものばかり買ってくる
- 調理など順序立てて行うことが難しくなっている
- 季節に合わない格好をしている
- 周りへ気遣いがなくなり、頑固になった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れた道でも迷うことがある
- イライラして怒りっぽくなる
- 日課をしなくなった
- 趣味やテレビ番組に興味を示さなくなった

どんな病院にかかればいいのか？

かかりつけ医がいる場合には、かかりつけ医に相談してみましよう。本人の身体の状態や病歴、普段の様子も把握しているため、認知症の疑いがあると判断された場合は、適切な専門医を紹介してもらえます。

認知症の診断は、精神科や神経内科、脳神経外科等の診療科で受けられます。

受診するときのポイント

認知症の症状のあらわれ方には個人差があり、お医者さんの前でははっきり受け答えができる場合もあります。ありのままの姿を伝えるために日ごろからどのような症状が出ているのか、メモを取るようにしましょう。また、普段の様子を知る方が付き添って受診するようにしましょう。

メモの内容例

- 性格や生活習慣にいつ頃、どんな変化があらわれたのか
- 日にちや時間によって症状に変化はあるか
- 病歴（高血圧、糖尿病他）や内服薬

など



認知症を学び地域で支援しましょう

認知症は誰もがなる可能性のある身近な病気ですが、認知症についての正しい理解ができている人は少ないのが現状です。

天塩町では、「認知症サポーター養成講座」を開催し、認知症の基本的な知識や認知症の人への対応の仕方などを学ぶ機会を設けています。

認知症サポーター養成講座を受けた方を「認知症サポーター」と呼び、認知症の方やそのご家族をあたたく見守る応援者となっていただいています。



誰でも認知症サポーターになることができます。受講を希望される方は、地域包括支援センターへお問い合わせください。

こんな時にご相談ください

- 親（配偶者）が認知症かもしれない
- もの忘れが多くなってきて心配
- お金の管理が難しくなってきた
- 車の運転が心配
- 外に出て他者と交流を持ってほしい などなど

認知症関連のご相談は・・・

天塩町役場内
天塩町地域包括支援センター ☎ 2-1001

【令和3年3月 作成】