

<認知症の予防 1>

認知症は「脳や身体の疾患を原因として記憶、判断力などの障害
がおこり普通の社会生活がおくれなくなった状態」と定義されます。

(主な障害)

- ①記憶障害 ~ たった今のことを忘れてしまう同じことを繰り返すなど
- ②見当識障害 ~ 日付、場所がわからなくなるなど
- ③判断力の低下 ~ 夏に厚着をしたり、寒くとも薄着など

* 誰でも年をとると「もの忘れ」が増えやすくなりますが、
老化現象のひとつの「良性健忘」であまり心配ありません。

しかし上記のような「もの忘れ」は認知症の症状として
あらわれることがあります。

(受診)

注意が必要な「もの忘れ」や「今までと何かおかしい」と
感じたら医療機関の外来（精神科・神経内科・もの忘れ外来等）
で検査を受けられます。受診の際は家族も同伴して家での
様子など具体的（飲んでる薬や持病など）に伝えましょう。

(治療)

薬物療法～認知症の中心症状（記憶障害・判断力障害）を
治療する薬は今はまだありませんが、周辺症状の幻覚・不安
などの精神症状や徘徊などの問題行動の進行を遅らせる、
症状を改善することが可能です。早期であるほど有効のよう
です。

その他 心理療法、運動療法などがあります。