

この「おうち療養情報紙」は、医療や介護が必要になった時にも自宅で暮らし続けることができること、また、認知症になっても地域の支えあいがあれば、本人らしく暮らし続けられることができること……。そのことを皆様に知っていただくことを目的としています。

今回のテーマは「地域で支える認知症」です。85歳以上になると4人に1人は認知症の症状があるといわれています。また、若くても発症する可能性があります。誰にでも起こりうる病気であるからこそ、自分や身近な方々が認知症になった時にも、安心して暮らし続けていけるよう、今から認知症について、正しい知識と対応を学ぶことが大切です。



地域で支える認知症

認知症は身近な病気であり、特別な病気ではありません。前向きに考えていくことが大切です。

認知症の治療では、認知機能の障害を元の状態に改善させることが目標ではなく、住み慣れた地域でこれまでの生活を維持し、穏やかに暮らし続けていくことを目指します。

認知症について学んでいくこと、正しく認知症を理解することが、認知症の方がその人らしく暮らし続けるために必要です。

認知症ってなんだろう？！

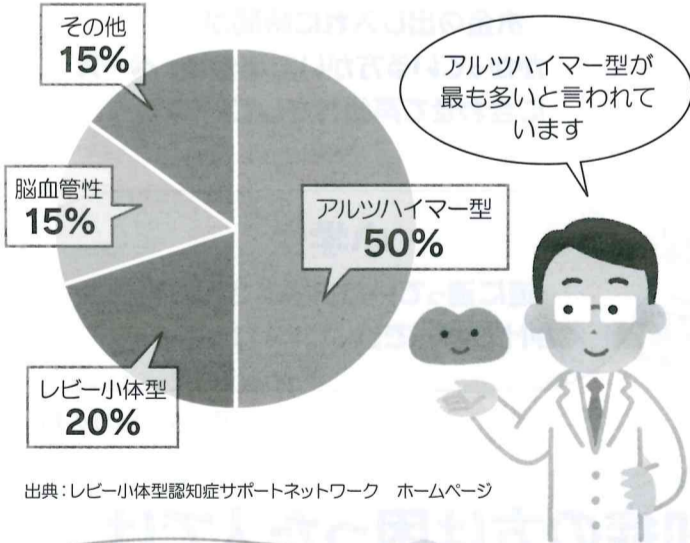
脳は、人間の活動をコントロールする司令塔です。脳の働きは記憶（覚える・思い出すなど）、感覚（見る・聞くなど）、思考（理解・判断など）、感情（喜び・悲しみなど）、全身の調節（呼吸・睡眠・体温など）といった、生きていくために必要な働きをコントロールしています。その脳が、いろいろな原因で細胞が機能を失った場合や、脳神経の情報伝達に不都合が生じた結果、特に**記憶に不都合が生じて日常生活に支障をきたしている状態**を認知症といえます。



認知症を引き起こす病気

病名	主な原因	主な症状
アルツハイマー型	原因は不明ですが、加齢・遺伝・環境や生活因子などが考えられます。	自覚のない物忘れ、時間や場所の見当がつかないなど
脳血管性	脳梗塞・脳出血などで脳細胞に栄養や酸素がいきわたらないことで起こります。	怒りっぽい、涙もろい、手足の感覚障害など
レビー小体型	レビー小体という特殊なタンパク質が脳内に蓄積し脳神経の伝達を阻害するため起こります。	幻視、妄想、パーキンソン様症状（小刻み歩行）など
前頭側頭型	大脳の前頭葉と側頭葉と呼ばれる部位の委縮で起こります。	我慢や思いやりなど社会性を失い、「わが道を行く」行動をとるなど
その他	アルコール性認知症、感染症や薬物による認知症もあります。また、65歳未満で認知症を発症すると若年性認知症と分類されることがあります。	

認知症の種類と割合



みんなで知ろう！みんなで支えよう！ かかわり方が重要です！！

認知症の方の周りの人たちの適切なかかわりで、認知症の進行が緩やかになることや症状が緩和されることがあります。逆に、叱ってばかりいたり、孤立させてしまい人とのかかわりが少ないと、認知症状の急速な進行や悪化に繋がります。簡単ないくつかのポイントを事前に知ってかかわることが大切です。

地域や家族の
**かかわり方
心がまえ**

- 話をよく聞く
- 余裕をもって対応する
- スキンシップを心がける
- 失敗しても温かく見守る
- 役割を果たせるようにサポートする
- 孤立させない
- 言葉や行動を先取りしない
- 目線を合わせて優しい口調で