

こんなことに思いあたれば、認知症かも

日常の暮らしの中で、認知症ではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、思いあたるものがあれば、ぜひご相談ください。

● 物忘れがひどい

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

● 判断力・理解力が衰える

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

● 時間・場所がわからない

- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- 10. 慣れた道でも迷うことがある。

● 人柄が変わる

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

● 不安感が強い

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

● 意欲がなくなる

- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった。
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- 20. ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり嫌がる。



認知症は、気がつかない間にゆっくりと進行していることがあります。

認知症を早く見つけ、対応することで症状を軽くしたり、進行を遅らせたりすることができます。



「認知症の本人には自覚がない」は大きな間違い

・最初に気づくのは本人

日常生活で上手にできないことが多くなり、「何かおかしい」とわかっています。

でもそれを解決できずに苦しんでいます。

・不安な気持ちでいっぱい

「言われても思い出せないもの忘れ」が重くなると、何かが起こっているという不安を感じています。

誰よりも一番心配なのも、苦しいのも、悲しいのも**本人**です

