



# 今月のトピックス



## 家族が認知症かも… どう対処したらいいの？

家族だけで抱え込まないことが大切  
周囲の人やかかりつけ医、地域包括支援センターなどに相談を



お話を伺ったのは…【記事監修】さくらクリニック練馬 院長 佐藤 志津子 先生

1994年、山梨医科大学卒業。東京医科歯科大学神経内科入局。複数の病院での勤務と大学での研究を経て、2001年以降在宅医療に取り組む。2003年3月、さくらクリニック開設。2019年4月、さくらクリニック練馬を開設。「認知症や神経難病などの患者さんにとっては、確定診断を受けた後が長い人生のスタートです。患者さんの人生に丸ごと関わりたい、寄り添いたいという思いから開業に至りました。認知症や神経難病など、お困りのことがありましたら抱え込まず、何でもお気軽にご相談ください」

両親や配偶者などが認知症かもしれないとき、戸惑う方が多いと思います。どう対処したらいいのか、在宅診療の現場で患者さんとその家族のサポートをしている、さくらクリニック練馬院長の佐藤志津子先生にお話を伺いました。

### ① 認知症を疑ったほうがいいのかはどんなケース？

#### A 経験したこと自体を忘れていたり、 孫の名前が出てこないようなときは注意を

認知症による物忘れには以下のような違いがあります。

##### 年齢による物忘れ

経験したことの一部を忘れる／忘れたこと自体を思い出さず／昔の同級生や遠い親戚など、普段会わない人の名前が出てこない／「もう年だね、ぼけてきたのかしら」と、自分の物忘れを周囲に話す余裕がある

##### 認知症による物忘れ

経験したこと自体を忘れる／新しいことを覚えるのが困難／孫の名前や年齢など、ごく近い人の情報が出てこない／認知症の初期は、記憶（一部）が抜け落ちていることにショックを受け、周囲に隠そうとする。

また、普段の会話の中で孫の名前や年齢などを尋ねてみて、きょとんとしていたり、思い出せないことを隠そうようなそぶりがあったら認知症の疑いがあるので、早めに医療機関を受診してほしいですね。

★物忘れ以外にも、こんな症状があれば認知症かも…



家に帰る道順がわからない



簡単な計算ができない



服や浴衣などの着方がわからない



一度見つけたものを、再度探し始める

### ② 本人が受診を嫌がる時、どうしたらいいの？

#### A ご本人の気持ちを尊重しつつ、信頼できる人から話してもらう

物忘れなどでいちばんショックを受けているのはご本人です。本人を傷つけないよう、家族が付き合いの長いかかりつけの先生に相談し、先生から本人に話してもらうといいかもしれません。往診の先生に、自宅に来てもらうのもお勧めです。加えて、ご本人が信頼している方から「私も肝臓の病気が見つかったし、何か病気が隠れてないか一度診てもらおうよ」などと話してもらうといいですね。神経内科、精神科、物忘れ外来などを受診してください。



### ③ もし認知症だった場合、どこへ相談するといいの？

#### A お住まいの自治体に設置されている地域包括支援センターへ

各自治体には「地域包括支援センター」が設置されています。介護、医療、福祉などから高齢者を支える総合相談窓口で、ケアマネージャーなど専門知識を持った職員が、介護などについての相談に乗ってくれます。65歳以上の高齢者と、その家族（支援・介護者）が利用できます。

### ④ 軽度認知障害(MCI)ってなに？ 本人や家族ができることは？

#### A 発症を防げる可能性も！ 終活しておくことも大切です

軽度認知障害(MCI)とは、認知症ではないけど、認知機能が正常ともいえない状態を指します。放っておくと5年後にはおよそ5割の方が認知症を発症するとされています。MCIの段階で見つければ、発症を予防したり、認知症の発症を抑制する新薬の治験に参加できるケースもあります。前述の症状があれば、MCIの段階で見つけるためにも専門の医療機関を受診してください。

#### 原因がわかれば治る場合も 抱え込まず、周囲に相談を！

認知症というと不治の病というイメージがありますが、中には降圧剤や抗うつ薬などの薬剤や脳の虚血等の原因により認知機能が低下している場合があります。まずは内科的な全身チェックと脳の画像撮影を受けて、治せる認知症かどうかを確認してください。そして家族だけで抱え込まないことが大切です。周囲の人の中には、医療機関やデイサービスなどの福祉施設の情報を持っている人が案外いるものです。周囲の助けを借りながら乗り切っていきましょう！

先生から  
メッセージ