介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ㊸ ●

認知症について

認知症は誰にも起こりうるもので、はじめはもの忘れと区別がつきにくい脳の病気です。

85歳以上では4人に1人、現在は169万人にその症状があるといわれており、今後20年で倍増することが予想されています。いつ自分や家族が、あるいは友人や知り合いが認知症になるかわかりません。他人の問題ではなく「自分の問題」であるという認識をもち、認知症を正しく理解することが大切です。

認知症にはこんなサインがあらわれます　～サインを見逃さないで！～

●最近の出来事が思い出せない　●日付や曜日、簡単な計算が分からない
●物を置き忘れる　●薬を飲み忘れたり、多く飲んだりする　●同じ質問を何度もする

◆ 病気として理解し、診断・治療を　～「早期発見・早期治療」を心がける～

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障が出ている状態のことです。

認知症を引き起こす病気のうち、最も多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気で、アルツハイマー病、前頭・側頭型認知症、レビー小体症などがあります。

続いて多いのが、脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などによっておこる「脳血管性認知症」です。

適切な治療やケアをすることで症状を軽減したり、進行を遅らせたりできる場合がありますので、かかりつけ医や専門医（もの忘れ外来、老年科、精神科、神経科など）の受診をお勧めします。

◆ 認知症の方の「杖」になる

「認知症の人は何もわからない」は間違いです。認知症かもしれないと悲しんでいるのは本人です。周囲の方が、認知症の方やその家族の気持ちを理解し、できない部分を補う「杖」となれば、自分でやれることも増え、おだやかに暮らしていくことができます。偏見という心のバリアをなくし、1人でも多くの「人間杖」を増やしていきましょう。

認知症の方への対応の心得（3つの「ない」）

●驚かせない
●急がせない
●自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

●まずは見守る
●余裕をもって対応する
●声をかけるときは1人で
●後ろから声をかけない
●相手に目線を合わせて優しい口調で
●おだやかに、はっきりと話す
●相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

あなたの周りに「認知症サポーター」

平成17年度から厚生労働省の元で認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り、支援する「認知症サポーター」を養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりのとりくみが行なわれています。

介護従事者だけでなく、各企業・団体そして、住民の方でも受講者は年々増えており、すでに100万人を超えています。（高知県内では平成21年5月31日現在で4,870人。）誰もが認知症についての正しい知識をもち、「尊厳ある暮らし」をみんなで守っていくためにも、黒潮町内でもとりくみをしていきたいと考えています。

認知症サポーターの証「オレンジリング」

＜町内の認知症相談窓口について＞　～お気軽にお問い合わせください～

●黒潮町地域包括支援センター（☎43－2240）　●介護保険担当係（下記のお問い合わせ先）
●グループホーム優夏（黒潮町入野☎31－3307）●グループホーム和夏（黒潮町佐賀☎55－3900）

11月11日は「介護の日」～いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう～

○お問い合わせ　大方総合支所　健康福祉課　介護保険係　☎43－2116（直通）
佐賀総合支所　健康福祉課　保険福祉係　☎55－3112（直通）