

かがやけ!

なか
さん
しん
ぶん
中3
新聞発行
中第3地域包括
支援センター

第31号

参考:堺市
〈認知症リーフレット〉
認知症について正しく
理解していますか?

認知症について

認知症は単なる老化現象ではありません。認知症とは、脳の病気の一つで、脳の機能が低下して日常生活に支障が出ている状態のことを言います。老化現象と思われがちですが、脳の病気によって起こる「症状」です。



認知症の気づきチェックリスト

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- 以前はあった興味や関心が失われた
- だらしくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れた場所で道に迷った
- 財布などを盗まれたと言う
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 蛇口、ガス栓の閉め忘れ、火の用心ができなくなった
- 複雑なテレビドラマが理解できない
- 夜中に急に起きだして騒いだ



◆3項目以上ある場合は、認知症が疑われ、さらに詳しい検査が望ましい状態だと考えられます。かかりつけ医に相談してみましょう。

認知症にならないために日頃から気を付けたいこと

生活習慣(食事や運動)の見直しや、脳を積極的に使うこと(脳の活性化)が認知症予防によいとされています。生活習慣病がある方は、かかりつけ医をもち、体調について日頃から相談することが大切です。

早期発見・早期治療が大切です

認知症は放っておくと、症状が進行します。症状が軽い段階から適切な治療やケアを受けることで症状を軽減したり進行を遅らせることができる場合もあります。また、治る病気や一時的な症状の場合もあるのでかかりつけ医や認知症専門医への受診、地域包括支援センターに相談しましょう。

生活の中で困っていることや、心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。

中第3地域包括支援センター

(久世 福田 深阪 東陶器 西陶器)校区

堺市中区東山841-1

TEL 072-234-2006



中第3



堺市

