

🕒 1分ちょっとで、大枠をつかむ！

認知症

DEMENTIA

再確認しよう！
“認知症の基本の「き」”



FREE
PAPER

あさクリ

ASANO CLINIC IN SOJA

02

2025 No.107

年をとっても
病を持っても
今を生きる
喜びの支援をする情報紙

知っておきたい“認知症の基本の「き」”

認知症とは、様々な病気により、脳の神経細胞の動きが徐々に変化し、認知機能(記憶、判断力など)が低下して、社会生活に支障をきたした状態をいいます。65歳以上の高齢者を対象にした2022年度の調査では、認知症の人の割合は約12%、軽度認知障害は約16%とされ、両方を合わせると、**3人に1人**が認知機能にかかわる症状があり、**昨今、認知症は、誰もがなり得る**と考えられています。(軽度認知障害の方全員が認知症になるわけではありません)

「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い

年をとれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが苦手になったりしますが、**「加齢によるもの忘れ」と「認知症」は違います。**※ここに挙げたものは一例です

加齢によるもの忘れ

- 体験したことの一部を忘れる
例)朝ごはんを食べたことは覚えているがメニューが思い出せない
- ヒントを与えられると思い出せる
- もの忘れの自覚がある
- 日常生活に支障はない
- 症状は極めて徐々にしか進行しない

記憶の帯

一部を忘れる(健康的なもの忘れ)

認知症によるもの忘れ

- 体験したことの全部を忘れている
例)朝ごはんを食べたこと自体を忘れている
- ヒントを与えられても思い出せない
- もの忘れの自覚がない
(初期には自覚があることが少なくない)
- 日常生活に支障がある
- 症状は進行する

記憶の帯

体験そのものを忘れる・抜け落ちる

認知症かな？と思ったら

認知症には、早めに治療することで症状の悪化や進行を遅らせることができるものもあります。「もしかして認知症では」と思われる症状に気付いたら、まずは日々の体調を診てもらっている「かかりつけ医」に、今の困りごとについて相談をしましょう。かかりつけが無い方は、地域の認知症相談窓口である地域包括支援センターでも相談が可能です。あさのクリニックでは認知症サポート医として、予約制の外来を行っています。

内閣府 政府広報オンライン「知っておきたい認知症の基本」<https://www.gov-online.go.jp/article/202501/entry-7013.html>を参考に作成

ASACLI
MINI COLUMN

認知症を「ニンチ」と言わないで

あさのクリニックの入口の棚には「認知症をニンチと言わないで」と記載された缶バッジがあります。深く考えないまま認知症を「ニンチ」と略して「ニンチが進んだ」と言う方がいるかもしれません。それは認知症への理解ではなく、偏見や差別を育ててしまう言葉なのかもしれません。