

## 「認知症とは」①

「認知症とは」後天的な認知機能障害のため日常生活に支障が起こる状態で、基本的には回復することのない病気です。

認知症ケアで大切なことは、本人の苦しみや不安、要求を知り、それに応えていく大切さが必要です。私たち健常者は、時間の流れに沿った「線の生活」をしていますが、認知症の人は今現在の「点の生活」をしており、なにもわからなくなるわけではなく、これまでの生活の流れを理解できなくても、今起きていることは認識しています。

また、認知症の人は不可解な行動をとると考えられ、これらの行動を「問題行動」と呼んできました。しかし、認知症のひとは、その人なりの目的があって行動しているのであり、認知症の人たちの行動は決して不可解な行動や問題行動ではありません。当事者、認知症の人の生活を理解することが大切です。

認知症の診断基準にはいくつかあります。

- ① 記憶の障害がある—これは、古い記憶が保たれ、新しい記憶から失われていく症状です。即時記憶は保たれるために復唱は可能。即時記憶とは、情報が正しく脳内に入力される機能です。
- ② 失語・失行・失認・実行機能の障害のいずれか1つ以上がある—失語は言葉がうまく出てこない状態で、失行は日常の動作が円滑にできない状態。実行機能の障害は手順がわからなくなること、などがあります。

他にも、精神障害が見られる場合などは、認知症とは診断しません。

これは非常に重要なことなのですが、「もの忘れと認知症との違い」について、加齢に伴う認知力の低下には、「体験の一部を忘れる」や、もの忘れをしても、「もの忘れを自覚している」など原因がはっきりしています。認知症の場合には、「体験の全部をわすれる」「もの忘れの自覚がない」などの症状が顕著に出てきます。また時間が経過したあと、別の機会に思い出すことは、加齢に伴う、もの忘れですが、「思い出せない部分に作話が混じる」場合には認知症の可能性もあります。

どうしても認知機能は低下してきます。現在はさまざまな予防があり、脳トレパズルや計算問題、脳トレの運動など、自治体や企業が情報を提供しています。これらを活用し、健康で柔軟な予防を行っていきましょう。

記憶には、忘れたい記憶もあります。しかし人生の足跡、家族のこと、友人や仕事仲間のことは、一生忘れず、過ごしていきたいと思えます。

参考 「介護職員初任者研修テキスト(第2版)」 一般社団法人 長寿社会開発センター