



高齢化社会が進んでいますので、2000年には推定認知症人口が150万人であったのが2015年には250万人、2030年には350万人になるだろうと予想されています。

でも最近、アルツハイマー病の新薬が話題となっています。認知症に悩む患者さんや家族には明るいニュースです。

ところで、そもそも認知症とは何でしょうか。どんな人でも年齢を重ねるといわゆる「物忘れ」が出てきます。だからと言って、皆さんが認知症のわけではありません。年齢に伴う生理的な変化である場合がほとんどです。でも、みなさん「最近物忘れが進んで、私、認知症になったのかな」と心配します。

認知症とは、いったん正常に発達した「記憶」「知的な行動」が、あとになって脳の障害によって持続的に低下し、「日常や社会生活に支障」をきたす状態です。

では認知症のポイントを3つ・・・

- ①明らかな記憶障害
- ②日常的な行動の障害
- ③生活に支障がある

それでは年をとることによる「物忘れ」と「認知症の」違いです  
まず忘れ方です・・・

例えば「朝ごはん、なにをたべたかな？思い出せないな」という場合はほとんど「物忘れ」であることが多いです。それに対して認知症では朝ごはん食べたことも覚えていません。時に朝ごはんを食べた事を指摘すると「食べていない」と怒り出すこともあります。

物忘れしても、物忘れの自覚がある、思い出そうとするのは、年を重ねたことによる正常な「物忘れ」であることがおおいです。それに対して「認知症」の場合は、物忘れをしていること自体の自覚がないことがおおいです。そのため、自分で「変だな」と思うより、家族や友人に「変だよ」と先に指摘されることが多いです。

日常生活の行動にも目を向けてみましょう。例えば炊事、洗濯、掃除などの家事は、単純なようで実は複雑な思考や判断のもとに合理的な手順に従うことで成り立っています。洗濯籠をどこに置いたか忘れてしまうことは、正常な「物忘れ」でもおきてきます。でも、洗濯の手順がわからなくなってきたら、これは「認知症」可能性があります。

では、もう一度認知症のポイントを3つ・・・

- ①明らかな記憶障害
- ②日常的な行動の障害
- ③生活に支障がある

今日は「物忘れ」と「認知症」の簡単な違いについてお話ししました。  
認知症は更にいくつかの種類に分類されますので、別の機会にお話しします。