

## 地域の皆さまからいただいたご質問にお答えします



### Q1. 認知症は急に発症しますか？

脳梗塞等で急に発症する場合がありますが、アルツハイマー型認知症をはじめとして多くの認知症は加齢等に伴い徐々に進行するといわれています。正常と認知症の境界の段階をMCI(軽度認知障害)と呼び、その段階で適切な対応を行うことで、その後の進行を遅らせることも可能といわれていますので、早期発見が重要です。



### Q2. 認知症は高齢者特有の病気なのですか？

認知症になる人の多くは高齢者ですが、65歳未満の認知症(若年性認知症)者数は令和2年度の厚生労働省の推計では概ね全国3.5万人とされています。若年性認知症は高齢者の認知症とは違った課題(仕事など)を抱えていることが多く、周囲のサポートが必要です。佐賀県若年性認知症支援センターがありますのでご相談ください。

**佐賀県若年性認知症支援センター 0952-37-8545(相談無料)**



### Q3. 認知症予防が大事だと聞きました。どうすれば予防できますか？

高血圧や糖尿病などは認知症を引き起こす要因であり、日頃から規則正しい生活習慣や適度な運動が重要といわれています。完全に予防することはできないため、認知症になった人を周囲があたたかく迎え入れることも大切です。



### Q4. 認知症は服薬などの治療で良くなりますか？

ほとんどの認知症は、治すことはできないのが現状です。しかし認知症の進行を緩やかにする薬はありますので早期に受診することが大切です。そして、医師の指示に従い確実に服薬を続け、認知症と上手く付き合っていく方法を考えていきましょう。また、治療ができる病気の場合もありますので、検査を受けるようにしましょう。



### Q5. 父親が認知症です。優しく接するように心がけていますが、繰り返し同じことを言うので、つい怒ってしまいます。

ご家族の方は、毎日同じことを何度も聞き返すなどの症状に、どのように接したらよいか悩み、つい声を荒げてしまうこともあるようです。認知症の人への対応で「自尊心を傷つけない」ことは大切ですが、自分に余裕がない場合はイライラすることもあります。そのような自分を責めずまずは深呼吸をし、介護者自身がリフレッシュをしましょう。

また、唐津市では「介護経験のつどい」(連絡先p10)を開催しており、認知症のご家族を介護してきた経験者がゆっくり話を聴きますのでご相談ください。

