

認知症かな？と思ったら

～早期診断・対応が大事です～

ポイント1

【専門の医療機関を受診しましょう】

- 認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し、治療を始めることで、症状を遅らせたり、軽減できる場合があります。
- 『認知症かな？』と思ったら、**まずは「かかりつけ医」**へ相談しましょう。
かかりつけ医のみでは対応が難しい場合は、ものわすれ相談医などへ受診が必要です。

ものわすれ相談医等の一覧は
4ページを参照

～受診の前に～

【日ごろの気になる様子を事前にまとめて、受診の際に伝えましょう】

- いつ頃から、どんな状態が、どのような場面で表れるようになったか
- これまでにかかった病気や現在治療している病気、飲んでいる薬
- 日常生活での様子、困っていること
- 性格や習慣の変化など

ポイント 2

【介護保険サービスなどを利用しましょう】

- 例えば、介護サービスのデイサービス（通所介護）を利用して、食事、運動、交流などにより、本人の生活リズムが整い、生活機能の維持・安定につながり、認知症の症状緩和・進行を遅らせることも期待できます。
家族も、デイサービスを利用している間は、気分転換や休息時間を活用することができ、ゆとりを持って介護が続けられます。