



# 認知症は

誰にでも起こる可能性のある脳の病気です



## 早期発見・早期対応が大切です！


認知症の原因は様々です。早期に発見して、適切な対処や症状に合った治療を行うことで、進行を遅らせたり症状が軽くなったりする場合があります。

認知症は、性格や暮らし方、心身の状態などの影響によって症状や進行は異なります。認知症の方とそのご家族が、認知症の進行の段階によって異なる症状を知り、症状に合わせた対応できるよう、この「認知症ケアパス」を作成しました。認知症になってもその人らしい生活を送り、ご本人やご家族が安心して暮らしていくためにご活用ください。

### <主な認知症の種類>

	アルツハイマー型認知症	脳血管性認知症	レビー小体型認知症
原因	異常なたんぱく質の増加で神経細胞が変性し、脳が萎縮して起こる	脳梗塞・脳出血を起こした部分の脳細胞の死滅・減少により起こる	正体不明の異常なたんぱく質が脳神経内にたまることで起こる
年齢	中年から高齢まで	60歳以降	高齢者に多いが、40歳前後でも発症
性差	女性に多い	男性に多い	男性に多い
発症と経過	ゆるやかに発症し、徐々に進行する	急に発症し、段階を追って進行する	ゆるやかに進行するが、経過が早いこともある
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全般性の認知症</li> <li>・失語：物の名前が出にくくなる</li> <li>・失行：方法はわかるのに、行動できない</li> <li>・失認：目では見えているのに、それが見えているという認識がない</li> <li>・ひとり歩きで道に迷う</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・まだら認知症</li> <li>・運動麻痺、歩行障害</li> <li>・抑うつ</li> <li>・感情失禁：感情が抑えられずあふれ出してしまう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知障害（良い時・悪い時の波があり、記憶障害は比較的軽い）</li> <li>・パーキンソン症状：手足や筋肉のこわばり、動きの鈍さ、小股歩行、無表情等</li> <li>・幻覚、幻視、妄想</li> <li>・うつ</li> </ul>

# 【春日市認知症ケアパス】 認知症の進行と対応、受けられるサービス

		認知症の疑い(MCI)	ひとりで生活ができる(初期)	見守りが必要(初期)	手助け・介護が必要(中期)	常に介護が必要(後期)
本人	様子・症状など	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 最近のことを忘れるようになる</li> <li>□ 新しいことが覚えられず、同じことを何度も「言う」「問う」「する」</li> <li>□ 新しい場所への外出などが難しい</li> <li>□ 料理・片づけ・計算・運転等ミスが多くなる</li> <li>□ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さない</li> <li>□ 何をするのも億劫がり嫌がる</li> <li>□ ささいなことで怒りっぽくなり、周りへの気づかいがなくなった(頑固になる)</li> <li>□ 服装など身の回りに無頓着になった</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 物のしまい忘れ・置き忘れが増えいつも探し物をしている</li> <li>□ 出来事を忘れる</li> <li>□ 約束の日時や場所を間違える</li> <li>□ 買い忘れが目立ち、何度も買い物に行く(同じ物が必要以上にある)</li> <li>□ 飲み忘れが目立ち残薬が増える</li> <li>□ 以前行ったことのある外出先から自宅に戻れず迷うことが増える</li> <li>□ 日付や自分の年齢が正確に分からない</li> <li>□ 小銭での支払いができない</li> <li>□ 出来事の前後関係が分からない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 直前のことを忘れる</li> <li>□ 内服したことを忘れる</li> <li>□ 季節や場所が分からない</li> <li>□ 季節に合った服が選べない(季節や朝夕の判断が間違えるようになる)</li> <li>□ 慣れた道や外出先から戻れなくなる</li> <li>□ 昼夜逆転している</li> <li>□ 買う判断がつかず必要な買い物ができない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 親しい人や家族の名前を忘れる</li> <li>□ 着る順序が分からない</li> <li>□ トイレを失敗する</li> <li>□ ボタンを掛けられない</li> <li>□ 顔や身体がうまく洗えない</li> <li>□ 歯が磨けない</li> <li>□ 箸の使い方が分からない</li> <li>□ 表情が乏しい</li> <li>□ 家に帰れない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ 歩行が困難になる</li> <li>□ 移動時に車いすの介助が必要になる</li> <li>□ ベッド上での生活が中心になる</li> <li>□ 言葉によるコミュニケーションが難しい</li> <li>□ 誤嚥(ごえん)・肺炎をおこしやすくなる</li> <li>□ 親しい人や家族の顔を忘れる</li> <li>□ 食べ物ではないものを口に入れる</li> </ul>
	できること	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病予防等の健康管理を行う</li> <li>・体調が変化した時は病院を受診し、治療を受ける</li> <li>・家庭内で本人ができる範囲の役割を持ち、継続していく(自分のことは自分で行う)</li> <li>・地域行事やボランティア、趣味等の活動に参加する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・長年の習慣に合わせ、落ち着く生活の流れを継続する</li> <li>・自分でできることは工夫しながら続けていく</li> <li>・自分で何か変化を感じたら、かかりつけ医等に相談する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・周囲に手伝ってもらいながら、できることや得意なことを続ける(例：趣味活動、孫に会う、隣人とお茶する等)</li> <li>・必要なサービスや支援を受けながら、自分らしく過ごす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安全な居住環境を作る</li> <li>・ケアマネジャーや医療・介護のスタッフと連携し、気持ちよい日々を過ごせるようにする</li> <li>・介護を充実させ、必要な医療処置を受ける</li> </ul>

認知機能は維持しているが、時折、これまでとは違った様子が見受けられる時期	徐々に手助けが必要かもしれないと家族等が感じ始める時期	本人の言動に振り回され、家族等のストレスが増大するリスクがある時期	常時介護に追われる状況となるので、ストレスを解消する機会も持ちながら過ごしていく時期	現状を受け止め、対処していく時期
--------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------------	--	------------------

家族	心構えとできること	認知症の疑い(MCI)	ひとりで生活ができる(初期)	見守りが必要(初期)	手助け・介護が必要(中期)	常に介護が必要(後期)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・社会参加できるよう働きかける(閉じこもらない生活を続けること)</li> <li>・認知症や介護について情報を集める</li> <li>・いつもと様子が違うと思ったら、かかりつけ医や専門医、地域包括支援センターへ相談する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の症状や認知症患者への接し方について情報収集する</li> <li>・本人が落ち着く環境を一緒に整える</li> <li>・家族間で介護について話し合っておく</li> <li>・地域包括支援センターやかかりつけ医などに相談し、介護保険サービス等利用の準備をする</li> <li>・一人で抱え込まないで、親族・友人や近所の方等に相談し、理解や協力を得られるようにする</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護は、長い目でみることを心掛け、家族側が体調を崩さないようにする</li> <li>・ケアマネジャーなどと相談しながら介護保険サービスを活用する</li> <li>・気になることや困ったことがあれば、ケアマネジャーや医療・介護のスタッフなどに積極的に相談する</li> <li>・頻回に外出先で迷う場合は、「認知症高齢者等事前登録制度」に登録する(受付窓口：市高齢課)</li> <li>・専門医療機関を受診して、対応に苦慮する症状や合併症状の治療などに対処する</li> <li>・今後のことについて検討し、必要に応じて施設に関する情報を収集する</li> <li>・人生の最終段階のケアについて、早い段階で医師やケアマネジャー等に相談する</li> </ul>	

本人・家族を支援する主な制度やサービス等	相談窓口	市役所(高齢課)、地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、認知症初期集中支援チーム				
	医療	かかりつけ医				
		ものわずれ相談医、福岡県認知症医療センター				
	予防	介護予防教室				
		ふれあい・いきいきサロン、地区カフェ、シニアクラブ				
	家族への支援	春日市介護を考える家族の会「ひだまりの会」、認知症カフェ				
生活支援	地域での見守り、民生委員、社会福祉協議会、認知症サポーター					
	生活支援(食事の宅配サービス、家事サービス、見守り・安否確認サービス)					
	消費生活センター、福祉あんしんサービス <span style="float: right;">成年後見制度</span>					
介護福祉	居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)					
	訪問サービス(ホームヘルプなど)、通所サービス(デイサービスなど)、短期宿泊サービス(ショートステイなど)、小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護					
住まい	自宅 <span style="float: right;">福祉用具、住宅改修、住宅改造</span>					
	サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホームなど		グループホーム		特別養護老人ホーム	

# 「おかしい」と思ったら、まずは相談を！

## ◎最近もの忘れが気になる、自分が認知症かどうか知りたい

令和4年4月現在

病院名(ものわすれ相談医名)	電話	住所
池田脳神経外科(池田 耕一)	☎589-0150	春日市小倉1-1
おかもと内科医院(岡本 省吾)	☎595-6608	春日市春日9-2
たけの内科クリニック(竹野 文洋)	☎593-0500	春日市春日原北町3-63-1
野北外科胃腸科医院(野北 英樹)	☎591-1231	春日市上白水1-19
馬場内科・乗本こころのクリニック(馬場 裕生)	☎558-3158	春日市須玖南3-87
牧病院【福岡県認知症医療センター】	☎922-2857	筑紫野市永岡976-1

## ◎認知症について相談したい、介護保険サービスを利用したい

春日市北地域包括支援センター	☎589-6227	春日市桜ヶ丘4-23 (医療法人徳洲会)
【担当行政区】岡本、小倉、桜ヶ丘、サン・ビオ、須玖北、須玖南、昇町、日の出町、弥生		
春日市南地域包括支援センター	☎595-8188	春日市塚原台3-129 (社会福祉法人仁風会)
【担当行政区】泉、大土居、上白水、下白水北、下白水南、白水池、白水ヶ丘、惣利、塚原台、天神山、松ヶ丘、紅葉ヶ丘		
春日市東地域包括支援センター	☎404-0310	春日市宝町1-12-7 1階 (エフコープ生活協同組合)
【担当行政区】大谷、春日、春日公園、春日原、春日原南、小倉東、宝町、ちくし台、千歳町、光町、平田台、大和町、若葉台西、若葉台東		
春日市役所高齢課	☎584-1111	春日市原町3-1-5

## 認知症の人への接し方 3つの「ない」

- ①おどろかせない
- ②急がせない
- ③心をきずつけない



「認知症サポーターカード」  
認知症を正しく理解してもらい、  
認知症の人や家族を温かく見守  
る応援者の証です。