

# 認知症の進行と主な症状

※症状には個人差があります

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。



認知症の進行例 ▶▶▶ 右に行くほど発症から時間が経過し進行している状態

特に問題なく生活している

認知症疑いあり  
日常生活は自立

日常生活に  
見守りや声掛けが必要

日常生活に  
手助けが必要

常に  
介護が必要

## 本人の様子

- 認知症について知る
- 健康診断を受ける
- 生きがいをもって暮らす
- 物の忘れが増えてきた



- 予定や約束はメモをとるようにする
- 趣味や習い事等を続ける
- 会話の中で「あれ」「これ」が多くなる
- 約束したことを忘れる
- 同じ話を繰り返す
- 財布や鍵等を探すことが増える

## 対応のポイント

- 適度な運動やバランスの良い食事を心掛けましょう
- 趣味や人との交流を楽しみましょう
- 高血圧症や糖尿病等の生活習慣病の重症化を予防しましょう



- 本人の話を聞く
- 短い言葉でゆっくり話す
- 日時の見当がつく工夫をする
- 同じ話でも親切に対応する

- 「ものを盗まれた」等のトラブルが増える
- 外出先から、一人で戻れなくなる
- 鍋を焦がす等の火の不始末が増える
- お金の出し入れや支払いが難しくなる
- 興奮し怒りっぽくなる
- 薬の管理ができなくなる



- 本人の訴えを受け入れて否定しない
- ものが無くなった時は一緒に探し、普段からしめる場所を確認する
- 衣類や持ち物に連絡先を記入しておく

- 表情が乏しくなる
- 会話が成り立ちにくくなる
- 家族のことがわからなくなる
- 飲み込みが悪くなる
- ほぼ寝たきりで過ごすことが多い
- 尿意や便意を感じにくくなる



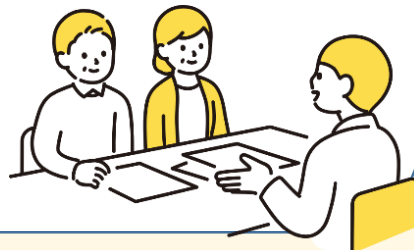
- 体調の変化に注意する
- 安心感を与えられるように笑顔やスキンシップを大切にする
- 表情等のサインを大切にする

## 準備

### まずは相談

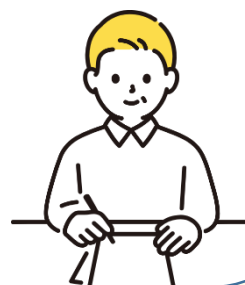
- 相談することで見通しをもつことができます。相談窓口をご活用ください。相談時には、「いつから」「どの程度」「エピソード」「家族の心配」等整理されていると、相談もスムーズです。

➡ 茅室町地域包括支援センターあいあい



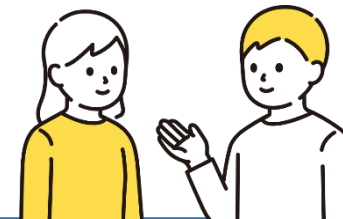
### これからの生き方を考える

- どう生きたいか、自分の想い
- 自分のことを、どのように伝えるかを考える



### 家族も健康管理をしましょう

- 家族だけで抱え込まず、上手に相談し、介護保険サービス等を活用しましょう。
- オレンジカフェ等、自分の気持ちを話せる場を作りましょう。



### 地域の人ができること

- 日頃からの挨拶や近所づきあいを大切にする
- 認知症を正しく理解し、望ましい接し方や地域の役割を学ぶ（認知症サポーター養成講座）
- 生活等が心配される人がいる場合は相談につなげる
- ご本人やご家族の気持ちを大切に

