

# 認知症

に

## 早く気づくこと

### が大事です！

認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方がないと考えていませんか？  
認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です。

### 早く気づくことのメリット

1

今後の生活の  
準備をする  
ことができます

早期の診断を受け、症状が軽いうちに、ご本人やご家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えをすることができます。  
介護保険サービスを利用するなど生活環境を整えていけば、生活上の支障を減らすことも可能になります。

2

治る認知症や  
一時的な症状の  
場合があります

認知症を引き起こす病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります（正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など）ので、早めに受診をして原因となっている病気を突き止めることが大切です。

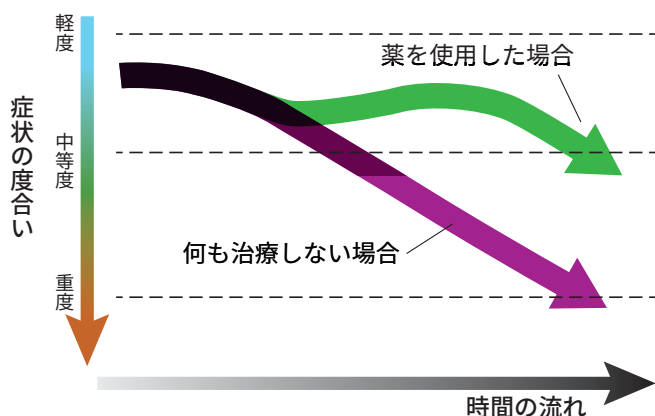
3

進行を遅らせる  
ことが可能な  
場合があります

アルツハイマー型認知症は早い段階からの服薬等の治療や、本人の気持ちに配慮した適切なケアにより、進行をゆるやかにすることが可能といわれています（下図参照）。

服薬による効果は個人差がありますが、以下のグラフのような効果が得られる場合もあります。

【図】 アルツハイマー型認知症の進行の例



(注) 服薬により吐き気や食欲不振などの副作用が生じる場合があります。

裏面の  
「自分でできる認知症の  
気づきチェックリスト」  
を行ってみましょう。



社会医療法人輝城会 沼田クリニック

☎0278-22-1188

自分でできる

# 認知症の気づきチェックリスト

最も当てはまるところに○をつけてください。

		まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
①	財布や鍵など、物を置いた場所が わからなくなることがありますか 	1点	2点	3点	4点
②	5分前に聞いた話を思い出せない ことがありますか 	1点	2点	3点	4点
③	周りの人から「いつも同じ事を聞く」など、 もの忘れがあるとされますか 	1点	2点	3点	4点
④	今日が何月何日か わからないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
⑤	言おうとしている言葉が、 すぐに出てこないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
		問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
⑥	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の 支払いは一人でできますか 	1点	2点	3点	4点
⑦	一人で買い物に行けますか 	1点	2点	3点	4点
⑧	バスや電車、自家用車などを使って 一人で外出できますか 	1点	2点	3点	4点
⑨	自分で掃除機やほうきを使って 掃除ができますか 	1点	2点	3点	4点
⑩	電話番号を調べて、 電話をかけることができますか 	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①～⑩の合計を計算



合計点

点

20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。かかりつけ医や相談機関に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。

認知症の診断には医療機関での受診が必要です。

※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。