

## ◆ 早期発見・早期対応のメリット

- 治療可能な病気（認知症の5～10%）を早期に診断し治療することができる。（慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、甲状腺機能低下症、ビタミン欠乏症など）
- 早期からの薬物療法により認知症の進行スピードを遅らせることができる。早い段階から治療を始めることが効果的とされている。
- 本人自身が不安や混乱に対処できる。
- その後の暮らしに備えるために、願う生き方を全うするために、自分で判断したり家族と相談できる。
- 趣味や畑仕事などをできるだけ長く続け、生活支障の落ち込みを軽減することができる。
- 「机の上のものがなくなる」「初めて聞いたのに『何度も同じことを聞かないで』と言われる」など、納得できない出来事の原因が認知症にあることがわかることで、周囲とのトラブルが減らせる。
- 家族等が介護方法等に関する情報を早期から入手できる。病気の進行に合わせたケアやサービスの利用により認知症の進行抑制や家族の介護負担の軽減ができる。
- 認知機能が著しく低下した時のために、成年後見制度などの準備ができる。
- 車の運転をやめるなど、事故やトラブルを予防できる。

## ◆ まずは相談してみよう

皆さんの身近な相談場所には様々な相談機関があります。

ご本人をより適切な支援につなげ、介護者の負担を減らすためにも積極的に相談してみよう。相談機関については13ページをご覧ください。

### コラム「認知症症状の緩和」

脳や身体を使わないこと、いわゆる「廃用」は認知症の進行を加速させます。何をするにしても大切なのは①～④を心掛け、楽しく行うことです。

- ① 心地よい刺激で笑顔に
- ② 友人や家族とのコミュニケーションで安心
- ③ 日課や役割をもつ
- ④ ほめる、ほめられるを大事に

心地よいコミュニケーションや昔の楽しい思い出を語り合うこと、趣味活動を続けることなどは、気持ちの安定や認知症症状の緩和につながります。