

# 「認知症ケアパス」 を知っていますか？

## 『認知症ケアパス』とは…

認知症が疑われる症状がみられた時からその進行時期や状態に応じて、どのような医療や介護のサービス等を利用できるかをまとめたものです。

市役所本庁および北村・栗沢両支所、各サービスセンターや保健センター、地域包括支援センターでお渡しできます。

認知症になっても、できる限り住み慣れた地域で安心して暮らしていくために

**ぜひ認知症ケアパスを活用してください**



★以下は「認知症ケアパス」の内容の一部です★

## 認知症とは

様々な原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりするために起こる脳の病気です。物忘れがひどくなったり、できていたことができなくなったりして、日常生活に支障がある状態をいいます。

## 認知症になっても、 突然何もできなくなるわけではありません

一般的に認知症で失われる能力は少しずつなので、周囲のサポートがあれば、かなり進行した状態でも、住み慣れた地域で生活していくことが可能です。

## 「認知症」と「老化による物忘れ」との違い

### 老化による物忘れ

- 何を食べたか思い出せない
- 約束をすっかり忘れてしまった
- 物の置場所を思い出せない時がある
- 物覚えが悪くなったように感じる
- 時間や場所、人との関係などはわかる

### 認知症

- 食べたこと自体を忘れている
- 約束したこと自体を忘れている
- 置き忘れ・紛失が頻繁になる
- 数分前の記憶が残らない
- 時間や場所、人との関係がわからない



# もしかして認知症??チェックしてみましょう

代表的なアルツハイマー型認知症の進行例 (下に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態)

正常

自立した生活を送っていても、本人にとって大きな生活環境の変化や出来事がきっかけで、脳を使わない単調な生活が続くと、脳のはたらきが低下することがあります。

【例】●配偶者や友人との別離・病気・環境の変化 等

軽度

**\*脳の前頭葉が元気のない状態で、次のうち4項目以上あてはまると、軽度認知症の疑いがあります。**

- 無表情・無感動の傾向がみられる
- ぼんやりしていることが多い
- 生きがいを感じられない
- 根気が全く続かない
- 発想が乏しく、画一的になる
- 一日や一週間の計画が、自分で立てられない
- 三つ以上の用事を、同時に並行して片づけられない
- 反応が遅く、動作がもたもたしている
- 同じことを繰り返し話したり、尋ねたりする
- 相手の意見を聞かない



中等度

**\*さらに4項目以上あてはまると中度認知症の疑いがあります。**

- 何度教えても日付があやふやになる
- 身だしなみに無頓着になる
- 今までできていた、家庭内の簡単な用事ができなくなる (洗濯物の整理、食事の後片づけ、草取りなど)
- ガスの火・電気の消し忘れ・水道の閉め忘れが目立つ
- 料理がうまくできず、味付けが変になる
- 薬をきちんと飲めないの、家族が注意する必要がある
- 季節や目的にあった洋服を選べない
- 昨日の出来事をすっかり忘れてしまう (例えば、昨日の老人会での出来事を忘れるのではなく、老人会があったことそのものを忘れてしまう)
- お金や持ち物のしまい場所を忘れて「盗まれた」と騒ぐ
- 簡単な計算もできない



重度

**\*さらに3項目以上あてはまると重度認知症の疑いがあります。**

- 同居の家族の名前や関係がわからない
- 汚れた下着を、そのまま平気で着ている
- 服を一人では正しく着られず、上着に足を通したりする
- 風呂に入ることを嫌がる
- 食事をしたことをすぐに忘れる
- しばしば自宅の方向がわからなくなる
- 家庭生活(食事・入浴・排泄)に介助が必要である
- 独り言や同じ言葉の繰り返しが目立つ
- 誰もいないのに「人がいる」と言ったりする
- 大小便を失敗し、後の処置がうまくできない



# できるだけ長く穏やかな時間を過ごすために

認知症は適切なケアを行うことで進行を遅らせたり、症状を軽くしたりすることが期待できます。周囲の人が認知症について正しく理解し、必要な医療や介護サービスを適切に利用することでご本人が穏やかに生活できるばかりでなく、介護者の方の負担も軽減できます。

## 周囲の関わり

認知症について正しい理解と対応が必要です

## 医療



他の病気と同じように、早期発見・早期治療がとても大切です



## ご本人



## 介護



介護サービスを利用し、必要なケアを受けましょう

## なぜ早期発見・早期治療が大切？

- 治る病気だったり、一時的な症状の場合があります
- 進行を遅らせることが可能な場合があります
- 今後の生活の準備をすることができます

症状に気づいたら、少しでも早く受診・相談をしましょう



## 認知症の予防について

生活習慣病は放置せず、きちんと治療(内服)を続けましょう

人と積極的に交流しましょう



バランスよく食べましょう

適度な運動をしましょう

生活を楽しみましょう

認知症のことで気になることや心配なことがある方は  
お近くの地域包括支援センターや保健センターに相談を

## 地域包括支援センター

### 岩見沢市 地域包括支援センター

岩見沢市3条西4丁目 第2ポルタビル1階

☎(0126)25局4649

### 岩見沢市北地区 地域包括支援センター

岩見沢市北2条西12丁目4番1号

☎(0126)33局5383

### 岩見沢市南地区 地域包括支援センター

岩見沢市南町7条2丁目5番17号

☎(0126)32局0300

### 岩見沢市地域包括 支援センターほろむい

岩見沢市幌向南2条3丁目311

☎(0126)32局6622

## 岩見沢保健センター

保健センターでは、脳の元気度を調べる『脳イキキ度チェック』を行っています。  
「ちょっと心配」と思ったら、病院へ行く前に「脳イキキ度チェック」を受けてみましょう。

なお「脳イキキ度チェック」は予約制です。

広報いわみざわに毎月日程を掲載していますので、ご希望の方は保健センターにご連絡  
ください。

### 岩見沢保健センター

岩見沢市4条西3丁目  
であえーる岩見沢3階

☎(0126)25局5540

市ホームページでダウンロード  
できます。冊子は保健センター  
等にありますので、ご希望の方  
はご連絡ください。



詳細は

# 認知症ケアパス

をご覧ください

