



もっと知りたい!

第4回 市民公開講座で学ぶ

認知症 予防

高齢者介護の中でも重要な位置を占める『認知症介護』。2011年4月、認知症予防に関する諸分野の科学的研究の進歩発展をはかり、その成果を社会に還元することを目的として、『日本認知症予防学会』が設立されました。シリーズ最終回は、日本認知症予防学会主催で9月9日(日)に開かれた学術集会のうち、市民公開講座『認知症予防のできるまちづくりを目指して』をレポートします。

演題『認知症への正しい理解』

認知症は経過の長い疾患で、段階により印象が違ってきます。初期段階はとても穏やかなのに、一般に怖い病気という誤解や偏見があるのは、患者さんの末期状態だけを見ているからではないでしょうか。

日本では、今65歳以上の10人に1人が該当するありふれた病気で、誰もが罹る可能性のある認知症ですが、生活習慣を見直せば何歳からでも予防できます。また、大多数を占めるアルツハイマー型認知症は早期発見・治療(薬とリハビリの両輪)により症状悪化を防ぎ、場合によっては治すことも不可能ではありません。

悪化を防ぐために何より大切なことは、**周囲の理解と協力**です。記憶は失われても人間的感情はきちんとありますので、ご本人本位の対応を心がけましょう。会話の中で言葉がうまく出ないときは「それはこういうこと?」と例をあげてみる。日本語を勉強中の外国人の方と話すときのよう、こちらから歩み寄ってあげる気持ちが信頼関係を生み、結果的に症状緩和にも役立ちます。

実際に鳥取大学で開発したタッチパネル

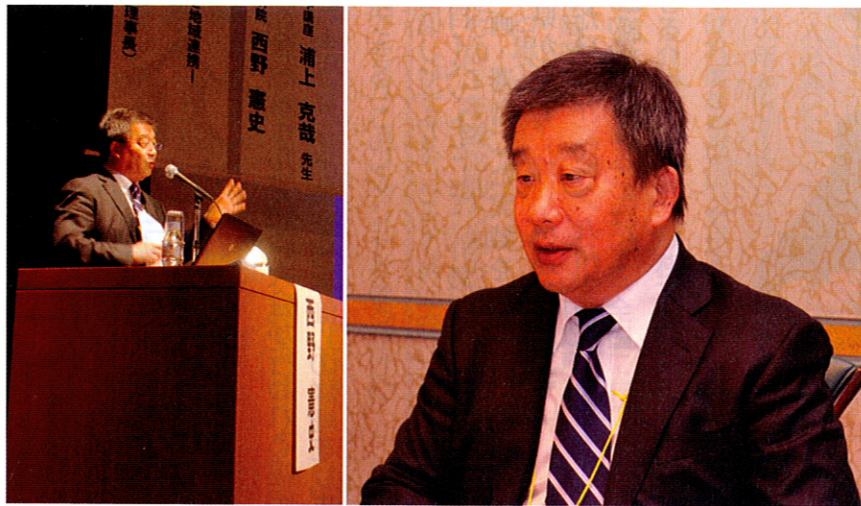
演題『地域で行う認知症予防の取り組み』

現在認知症の方は国内に300万人、予備軍も含めると1000万人程度存在するといわれています。2004年の調査では、寝たきりの人も13%が認知症で、骨折転倒や関節疾患の方より割合として多く、高齢化が進む中、一刻も早い予防策が求められます。

身体機能障害と違い、認知機能障害は外から気づきにくい病気です。周囲の無理解はそのまま地域社会での孤立や家族の介護放棄などにつながり、症状悪化の原因になります。地域でのサポートを考へるとき、まず最大の予防策として、認知症についての**「正しい理解」**に努めること。次に、認知症予備軍から初期の方には「食事など生活管理の支援と、安心できる人間関係の構築」が必要とす。

さらに進んで、中等度以上の方を想定した第3段階として、「いつでも誰でも連絡できる場所づくり」や、「SNSネットワークや緊急時の対応システムの整備」などが挙げられます。

いずれにしても、「正しい理解」が伴わなければ実現しませんので、まずは「誰でもなる病気」「もし自分になったらどうするか」ということを考え、認知症の方には相手の立場での思いやりを忘れず



医療法人ふらて会 西野病院 理事長
第二回日本認知症予防学会学術集会 大会長

西野 憲史 先生

に接してあげてください。「障害のある人もそうでない人も、平等に幸せに暮らせる社会こそが**ノーマル(普通)な社会である**」というノーマライゼーションの考え方から言えば、小中学校から啓発教育を行うのが理想ですし、今後はそうしたまちづくりが進展することを願っています。

第3回の同学会は2013年9月27日～29日に新潟市で行われる予定です(最終日に市民公開講座を予定)。

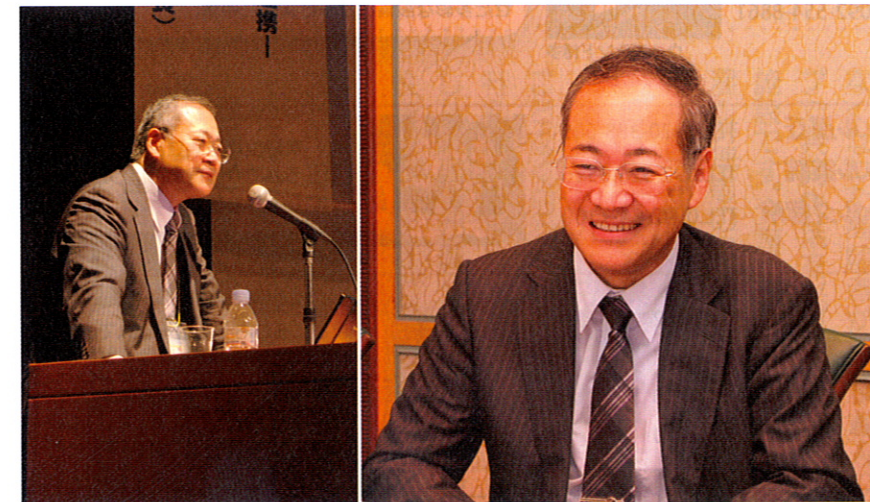


取材協力

日本認知症予防学会[事務局]
〒805-0033 福岡県北九州市八幡東区山路松尾町13-27
TEL.093-653-2122 FAX.093-653-2666

学会についての詳細はこちらから

[日本認知症予防学会ホームページ] <http://ninchishou.jp/>



鳥取大学医学部保健学科 教授
日本認知症予防学会 理事長

浦上 克哉 先生

式の早期発見プログラムの導入と認知症予備軍対象の予防教室をはじめた鳥取県琴浦町では、実施3年で約7800万円もの医療費削減を達成しています。市民の正しい理解と行政の取り組み、双方を盛りたてて「予防ができるまちづくり」を目指しましょう。