

# 早期発見・早期治療が大切

## 【早期発見によるメリット】

### ①原因がわかることで、治療や対処ができる。

認知症の中には早めに治療すれば治せる病気もあり、原因を知ることができます。

※正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症、脳腫瘍、アルコール性脳障害など

### ②進行を遅らせることができる。

症状が悪化する前に適切な治療やサポートを受けることで今の状態を維持・改善し、進行のスピードを遅らせることができます。

### ③今後の生活のための準備ができる。

病気の進行に合わせ、介護保険などの社会支援をどう受けるかなど計画が立てられます。症状が軽い間であれば、自分で自分の生活を工夫して行うことができます。

ちょっと待って！  
その物忘れ、  
もしかして認知症かも？

## 認知症セルフチェックリスト

|                                                                           |                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 1 今日が何月何日かわからない時がありますか<br>ない(0点)ときどきある(1点)よくある(2点) 点                      | 6 車(運転)やバス、モノレールに乗って一人で外出できますか<br>できる(0点)だいたい(1点)できない(2点) 点                  |
| 2 財布や鍵など、大事なものを置いた場所を忘れたり、見つからなくなったりする事がありますか<br>ない(0点)ときどき(1点)よくある(2点) 点 | 7 5分前、少し前に聞いた話を思い出せない時がありますか<br>ない(0点)ときどき(1点)よくある(2点) 点                     |
| 3 お金の出し入れや、支払いは一人でできますか 点                                                 | 8 言おうとしている言葉が、すぐに出てこない事がありますか<br>ない(0点)ときどき(1点)よくある(2点) 点                    |
| 4 必要な時、自分で電話番号を調べて、電話をかけていますか 点                                           | 9 自分で道具(掃除機、ほうき等)を使って掃除(屋内・屋外)をしていますか<br>している(0点)ときどき(1点)していない(2点) 点         |
| 5 一人で買い物に行っていますか 点                                                        | 10 周りの人から「いつも物忘れがある」「同じ事をきく」など、物忘れがあるとされますか<br>言われない(0点)ときどき(1点)よく言われる(2点) 点 |

15点以上の場合、社会生活に何らかの支障が出ている可能性があります。  
お近くの医療機関や相談機関に相談しましょう。

沖縄県認知症疾患医療センター 嬉野が丘サマリヤ人病院 監修

チェックした  
合計点数 点

2016年6月15日作成

物忘れチェックリストは、あくまでも目安です。診断には医療機関での受診が必要です。