

認知症の気づきチェックリスト

以下の項目は認知症の人を介護する家族が、認知症かなと思った頃の症状をまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんので、目安として参考にしてください。

気になることがあれば、早めにかかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談してください。

(出典：公益社団法人認知症の人と家族の会作成)

もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

- 些細なことでおこりっぼくなった
- 周りへの気づきがなく頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- 一人になると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える



意欲がなくなる

- 下着をかえず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

※医療機関受診時に、困りごとを伝えるためにもチェックしたチェックリストをご持参することをお勧めします。