



**第7回琵琶湖中央病院
『いきいき健康教室』
を開催します**

当院では、地域の皆さまに生き生きと健康で毎日を過ごしていただくため、2月18日に健康教室を開催します。

去年は、地域から100名を超える方々にお集まりいただき、楽しい、和気あいの健康教室となりました。今年も、当院の医師・看護師・管理栄養士による『健康のためのおはなし』。また、教室の最後にはおいしい試食も用意しています。そして特別ゲストとして、ボランティアグループ『湖風会』による箏と尺八の演奏があります。

お誘い合わせの上、お気軽にお越し下さい。

日時：平成24年2月18日(土) 午後1～4時
会場：琵琶湖中央病院5階多目的ホール

プログラム1 血圧測定・骨密度測定
健康相談コーナー

プログラム2 ボランティアグループ『湖風会』
箏と尺八演奏

プログラム3 健康のためのお話

(1)「認知症との上手なおつきあい」

(2)「生活習慣病と毎日の生活 い・ろ・は」

(3)「高齢者のための食事の工夫」

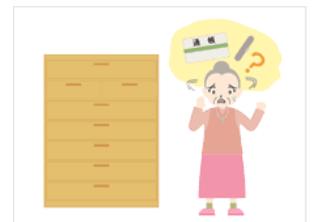
《お問い合わせ》琵琶湖中央病院 地域連携室

☎ 077-526-2200

**認知症との
上手なおつきあい**

いま、日本のお年寄りに増加し続けている認知症は、私たちが思っている以上に身近な病気となりました。認知症は、他の病気と同じ、早期での発見・

対応が重要な病気です。しかし実際は「あれっ？認知症かもしれない」と思っても「よし、明日にでも診てもらおう」ということにはなかなかいきません。認知症かもしれない、と思うことには、少なからず抵抗があるでしょう。しかし認知症は「病気」であり、恥ずかしいことでも隠すことでもありません。また「ひょっとしたら」と思ったときに受診をためらうと、症状を進行させてしまうかもしれませんし、本人や家族が「不審感」を抱えたままになってしまいます。認知症は徐々に進んでいく病気ではありませんが、症状にあった治療を始めれば進行がゆるやかになることがあります。



認知症の症状は大きく「中核症状」と「周辺症状」の二つに分けられます。中核症状は覚えられない、考えられない、判断できないといった症状であり、おぼえる、考える、判断すると言った役割を持っていた脳の部分が傷害されてしまうことによって起こると考えられています。したがって、全ての認知症の患者さんに出現し、病気が進むとともに進行します。一方、周辺症状とは、怒りっぽい、暴力をふるうといった症状であり、脳の保たれた部分が不必要に暴れて起こるといふ風に考えられています。記憶したり理屈を考えたりすることが苦手になっても、感情は保たれていますので、「不安」「いらいらする」といった刺激に対し“怒り”の感情がわき、さまざまな周辺症状が出現してきます。したがって初期でも出現することがありますし、進行した方でも「安心する」「ホッとする」という環境においてあげれば、最後まで周辺症状は見られません。不安な認知症の患者さんの“今”を心地よいと感じられるよう対応することは周辺症状を防ぐうえでも大切です。今回はこのような認知症のお年寄りへの具体的な対応や、最新の治療法についても触れたいと思います。

神経内科 片山 由理

【外来診察日：火曜日午後、水曜日午前】