



令和7年9月
第248号

かけはし

ケアハウスあじさい園

URL: <http://www.ajisaien.or.jp/>



心の健康を大切に (精神科医和田秀樹先生の著書より)
老人性うつと認知症は、まったく違う病気ですが症状として
は似通った点があるため、両者の違いを知らないで間違った対
応をしかねません。

老人性うつと認知症の最も大きな違いは、その症状までのブ
ロセス、時間的な経過です。老人性うつの場合は症状がおおむ
ね1〜2ヶ月の間に同時多発的に起こります。半年ぶりに帰省
した時、前回からずいぶん変わってしまったというのなら、認
知症よりうつを疑わなくてはいいけません。本人にははっきりし
た自覚症状がある時も老人性うつが疑われます。たとえば、老
人性うつの場合は物忘れが増えてくると、本人はその自覚があ
るので「物忘れがひどくなったのはアルツハイマーではありま
せんか」などと自発的に医師にかかる人が多いのです。

一方、認知症の場合は物忘れが始まってから着替えをしなく
なるまでに、通常5〜6年かかります。物忘れが始まった初期
の頃は、身だしなみもきれいで身の回りのことはなんでもでき
ます。そこから5〜6年ほど経つうちに少しずつ着替えをしな
いとか、お風呂に入らない、お漏らししても気にしない、と進
行していきます。その症状がいつから始まったのか、家族に聞
いてもはっきりしません。

認知症の場合は、物忘れが多くなっていることに自分ではあ
まり気づいていません。そもそも病識が欠如している人が多く、
自らの記憶障害にあまり不安を覚えることなくケロリとしてい
るものです。

前述した物忘れがひどくなった、着替えをしない、お風呂に
入らなくなった、なんとなく元気がない、1日中ボーッとして
いるといった初期症状は、老人性うつと認知症のどちらにも表
れるので、医師でさえ見間違えることがあります。そのため、
老人性うつが原因で記憶力が低下しているのに、認知症と誤る
ことで対応が遅れ本当に認知症になってしまいうことも少なから
ず起こっています。

うつは誰でもかかる病気とも言われます。心の健康を軽んじ
ることはできません。あれもこれもあれも、ものごとを多
面的におおらかに受け入れることも大切で、メンタルヘルスの
世界では「適当」が非常に大事です。
皆様と共に笑顔ですこせますように♡

9月行事予定

7(日) いどばた会
12(金) 訪問理美容
14(日) 敬老会
25(木) 食事会
29(月) 防災訓練



お誕生日

おめでとうございます

A 様
(95歳)



新入居者様のご紹介

北村 環 様 8/12 ご入居
皆様 よろしくお願ひ致します。



8月24日・31日(日)

山添村上津ダムに
行きました!

