

もの忘れが気になったら



「もの忘れ」と「認知症」の違い

「最近もの忘れが増えた気がする」と感じることは、年齢を重ねると誰にでも起こり得ます。「認知症になったのかも…」と不安に感じることもあるかもしれません。しかし、加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れには、いくつか違いがあります。

加齢によるもの忘れと認知症の特徴

加齢によるもの忘れでは、思い出すまでに時間が掛かることはあっても、出来事そのものは覚えていることが多いです。例えば、人の名前がすぐに出てこなかったり、ものを置いた場所を忘れてしまっても、「そういえば！」と後から思い出すことがしばしばです。

一方、認知症によるもの忘れでは、新しい出来事を記憶する力が低下するため、食事をしたこと自体を忘れてしまったり、同じ話や質問を何度も繰り返すことがあります。また、服薬や金銭の管理が難しくなる、慣れたはずの道で迷うなど、日常生活に支障が見られることもあります。

認知症以外の原因も

もの忘れの原因は、加齢や認知症だけではありません。睡眠不足やストレス、薬の影響、うつ病などにより、一時的に記憶力や集中力が低下することもあり、その場合は原因への対応が必要となります。

早期発見・早期相談が大切です

認知症は 早期に発見し、適切な治療や支援^{つな}げること、症状の進行を緩やかにできる可能性があります。また、本人や家族が今後の生活について考え、必要な準備を進める時間を確保できることにも繋がります。

早めの相談が安心につながる

「以前よりもの忘れが増えた」「日常生活で困ることが目立ち始めた」と感じた際には、一人で悩まずかかりつけ医や専門医へ相談してみましょう。早めの相談が、安心して生活をするための第一歩となります。

文責 府中市立湯が丘病院 小根森 桜子

	内 容	医療機関名など	電話番号	診療・受付時間
夜間・救急医療機関	小児科 夜間医療	福山夜間小児診療所(福山市三吉町南)	☎084-922-4999	毎日19:00~22:30(受け付けは22:15まで)
	救急医療電話相談	こどもの救急電話相談	#8000	平日19:00~翌8:00 土日祝・年末年始17:00~翌8:00
	精神科 救急医療	三原病院(三原市中之町)	☎0848-63-8877	毎日24時間
	救急医療相談	精神科救急情報センター(広島市安芸区)	☎082-892-3600	毎日24時間
	夜間医療	福山夜間成人診療所(福山市三吉町南)	☎084-982-9946	毎日19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡)
	音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医情報提供	医療情報ネット	☎0570-000-692	毎日24時間
全般	救急車要請や病院受診などに関する判断の相談	救急相談センター	#7119 (つながらない場合は☎082-246-2000)	毎日24時間

※救急・予防サイト《こどもの救急》<https://kodomo-qq.jp>

9月	府中地区医師会休日当番医 診療時間…9:00~17:00	
6日④	内 府中中央内科病院 ☎0847-45-3200 (高木町)	外 府中市民病院 ☎0847-45-3300 (鵜飼町)
13日④	内 さくらの丘クリニック ☎084-972-2400 (駅家町)	内 石川医院 ☎084-958-3931 (芦田町)
20日④	内 谷医院 ☎0847-45-1188 (府川町)	外 中川整形外科医院 ☎0847-52-3033 (中須町)
21日⑤	内 みよし内科 ☎084-983-1159 (駅家町)	内 寺岡記念病院 ☎0847-52-3140 (新市町)
22日⑥	内 なかはまハートクリニック ☎0847-46-0810 (高木町)	内 外 長外科胃腸科医院 ☎084-972-6321 (駅家町)
23日⑥	内 南坊井上内科循環器科医院 ☎084-976-0013 (駅家町)	内 府中市民病院 ☎0847-45-3300 (鵜飼町)
27日④	内 瀬尾医院 ☎0847-51-2169 (新市町)	外 石川クリニック ☎0847-51-8650 (新市町)

府中北市民病院
(上下町)
☎0847-62-2211

変更されることがありますので、事前に医療機関へ問い合わせてください。



府中地区医師会HP
府中市休日当番医

外…外科 内…内科