

認知症を疑ったときのチェックシート

全部で26項目あります。 家族全員にチェックしてもらいましょう。

見当識障害

- 自分の家の近所で迷うことがある
- よく知っている場所でも迷うことがある
- 親しい人や日頃の生活パターンがわからなくなることがある
- 機敏さや警戒心が低下し、無目的な動きをすることがある
- 壁や宙をじっと見つめていることがある

相互反応の変化

- 家族を喜んで迎えなくなった
- なでたり抱き上げたりなど、以前は喜んでいた行為に反応しなくなった
- 飼い主の関心を引こうとしなくなった
- 家族や犬、他の動物と遊ぶ時間が減ってきた
- 言葉で合図しても応えなくなった
- 飼い主の顔や自分の名前がわからないことが増えてきた

行動の変化

- 鳴き声に感情がなくなり、単調になってきた
- 狭いところに入りたがるが、前進ばかりで後退できない
- 同じ場所をグルグル円を描くように旋回する
- 直角のコーナーでも方向が変えられなくなった

睡眠の変化

- 昼寝が増えたり、夜眠らなくなった
- 昼夜が逆転し、昼間は寝ていて夜中に起き出すことが増えてきた
- 夜に家の中を徘徊する
- 夜、意味もなく吠える
- 夜中に単調な大声で鳴き、飼い主が何をしても鳴き止まない。

家庭でのしつけを忘れる

- 散歩に行くことをせがまなくなった
- 家の中での「粗相」の回数が増えてきた
- 排尿や排便のコントロールができなくなってきた
- 寝ていても排泄してしまう

食事

- たくさん食べ、下痢もしていない
- 食事を何度も要求する

チェックはいくつ付いたでしょうか？

数が多ければそれだけ可能性は高くなってきます。

判断の目安

チェック数

0	認知症とは縁がありません
1～4	要観察。1ヶ月に一度チェックシートでチェックしましょう
5～8	認知症予備軍
9～12	認知症が始まっています
12以上	認知症です