

精神科で相談されるお年寄りの問題は3つに大別できます。まず、認知症、次に神経症、最後に精神病です。これらが複雑に絡み合っ

て症状を示すため、明確に区別することは簡単ではありません。「老年精神病」としてまとめて対応することも多くあります。

はじめに認知症です。年を取れば忘れっぽくなったり注意力が落ちたりしますが、それ以上に忘れたり判断できなくなる場合があります。これを認知症と呼びます。原因は、血管が弱って小さな梗塞がたくさんできた場合や、老廃物が脳内に溜まってしまった場合などが考えられています。忘れても後から思い出せるようなら大丈夫ですが、話をしたこと自体を忘れてしまうようなら認知症かもしれません。他にも、料理の手順がわからなくなったり、リモコンの操作ができなくなったり、近所で道に迷ったりするケースもあります。

次に神経症です。年をとって心身の衰えを感じるようになると、不安な甲斐ない気持ちや焦り、不安などが生まれやすくなります。日々の小さなトラブルや体の違和感が気になって頭から離れず、日常生活にも支障が出たりします。例えば睡眠不足を気にしすぎて、眠れ

さえずれば体の不調や憂うつ感も良くなると信じるようになり、理想の眠りを求めて、それにとらわれて余裕なく日々を送ったりします。また、自分は何かの病気に違いないと考え病院を転々したり、薬をたくさん飲みたがる人もいます。人間は変化していきま

す。小さな不調はそのまま受容する勇気と見極めが大切です。さらに日常の喜びや目標を見出すことができれば、とらわれから解放され、充実した毎日が送れるようになるでしょう。

最後に精神病です。うつ病の症状は、絶望的な気持ちが続く、自分は無価値だと信じる、などですが、お年寄りではわかりにくい場合があります。なんとなく疲れやすい、

やる気が出ない、体の痛みやしびれがとれないなど、しばしば「歳のせい」と片付けられていますがつ病のサインかもしれません。妄想や幻覚などを訴える病気もあります。誰かに見張られている、近所の人に悪口を言われる、見えな

い誰かが訪ねてきたなど、他の人とは共有できない経験を訴える場合、本人以上に家族も途方に暮れるでしょう。悲しさのあまり怒る家族もありますが、関係を悪くするだけで逆効果です。まずは苦しみに理解を示し、一緒に病院で相談してください。

精神科の疾患は症状もさることながら、怒りや悲しみなど不安定な陰性感情が、より大きな苦痛と困惑をもたらします。この場合、服薬は助けになります。副作用を最小にしながら効果が出るよう調整することで、本人、家族、双方の苦痛を和らげることができるよう

家族の対応も治療の重要な柱です。本人の「問題行動」を理解できれば対応も適切になり、本人も安心し「症状」も軽減するでしょう。病院と協力しながらよりよい日々を過ごしてください。

### 日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	施設名	科目	電話(048)	場所	施設名	科目	電話(048)	
7	朝霞	三浦医院	内・小・皮	461-3802	新座	梅沢皮フ科クリニック	皮	042-472-5118	
⑪	朝霞	渡邊クリニック朝霞	精・内	467-3584	新座	新座西山内科眼科クリニック	循内・内・眼・小	202-1112	
8	14	新座	小熊クリニック	消内	042-471-5098	朝霞	はまなか皮フ科クリニック	皮・アレ	476-1223
21	新座	海江田医院	内・小・神内	042-491-6262	志木	志木大腸肛門クリニック	肛外・消内	423-8768	
28	志木	いわさき内科・循環器科	内・循内	486-4622	新座	ひまわり診療所	泌・内・外・皮	485-9788	



※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。