

わたしたちの健康

精神科の高齢者医療

朝霞地区医師会 わたなべよし のぶ 渡邊 義信

☎(464)4666

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ただけで症状を示すため、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。自分でもおかしいな、不安だなと感じているため、些細な事でも注意されるとひどく怒ることがあります。不安のあまり疑り深くなり、お金の執着して家族を責める人もいます。認知症が疑われるようなら、今は治療の薬もありますので、早めに病院に相談してください。

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、不甲斐ない気持ちや焦り、不安などが生まれます。そうすると、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、眠れさえす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とし

たり、薬を沢山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、絶望的な気持ちが長く、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。う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いますが、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か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でしょう。

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。

8月の休日当番医

診療時間：午前10時～午後4時

当番医は変更になる場合がありますので、必ず確認してからお出かけください。この時間以外の診療は、志木消防署[☎(472)0119]へお問い合わせください。

場所	施設名	科目	電話	場所	施設名	科目	電話
7日	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日	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	
14日	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日	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日	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	

◆休日歯科応急診療所◆(新座市保健センター内)
午前9時～11時30分 問合せ/☎(481)2211

◆大人を対象とする救急電話相談◆ #7000
平日、土曜日 午後6時30分～10時30分
日曜日、祝休日、年末年始 午前9時～午後10時30分
ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話の場合
☎048(824)4199

◆救急医療お問い合わせ◆(歯科案内と医療相談を除く)
埼玉県救急医療情報センター ☎048(824)4199

◆小児救急電話相談◆ #8000
月～土曜日 午後7時～翌日午前7時
日曜日、祝休日 午前7時～翌日午前7時
ダイヤル回線、IP電話、ひかり電話の場合
☎048(833)7911