

宮沢 仁朗

みなさんは、俳優やタレントの顔は思い浮かぶけど、名前が出てこないという経験はありませんか。私は最近なかなか人の名前を思い出すことができず、苦労する機会が増えてきました。

医療・福祉NOW

それ以外でも、過去のエピソードがいつ頃であったのか、次に何をしようとしていたのか忘れてしまい、元の場所に戻って考え直すなど、物忘れを自覚する体験が年とともに増えてきました。

約束時刻をたまたま忘れていたり、物のしまい忘れがあったとしても、後から思い起こすことが可能です。一時的に少し前の食事内容を忘れたとしても、食事をとった行為自体を忘れることはありません。ですから日

常生活に影響をきたさない現象と言えます。それに対して認知症による病的な物忘れとは、体験や人物そのものを忘れてしまいます。

▶最近、物忘れを感じませんか



例えばヒントがあっても思い出すことができない、短時間で何度も同じことを聞いてくる、その年代であれば誰もが知っている歌手の名前を聞いてもピンとこない、約束時刻を聞いても約束そのものを覚えておらず怒り出す、食事をとったこと自体を忘れてしまい食後すぐにまた食事を要求するなどが代表的な認知症

この傾向が強くなり、昔の印象に残る思い出は想起できませんが、最近の出来事を全く思い出せず混乱してしまつことが往々にしてあります。

リポールの法則を応用して回想法が認知症治療として用いられています。昔のことを思い出して話してもらうことで、気持ちを落ち着かせ、なおかつ認知機能の改善を目指す心理療法です。

脳の代表的な機能である記憶。記憶についてはまだまだ未知のことも多く、今後の解明が待たれる領域といえましょう。

(亀田北病院院長)