



<記憶の種類とメカニズム>

情報を感じ器を通して受け取る



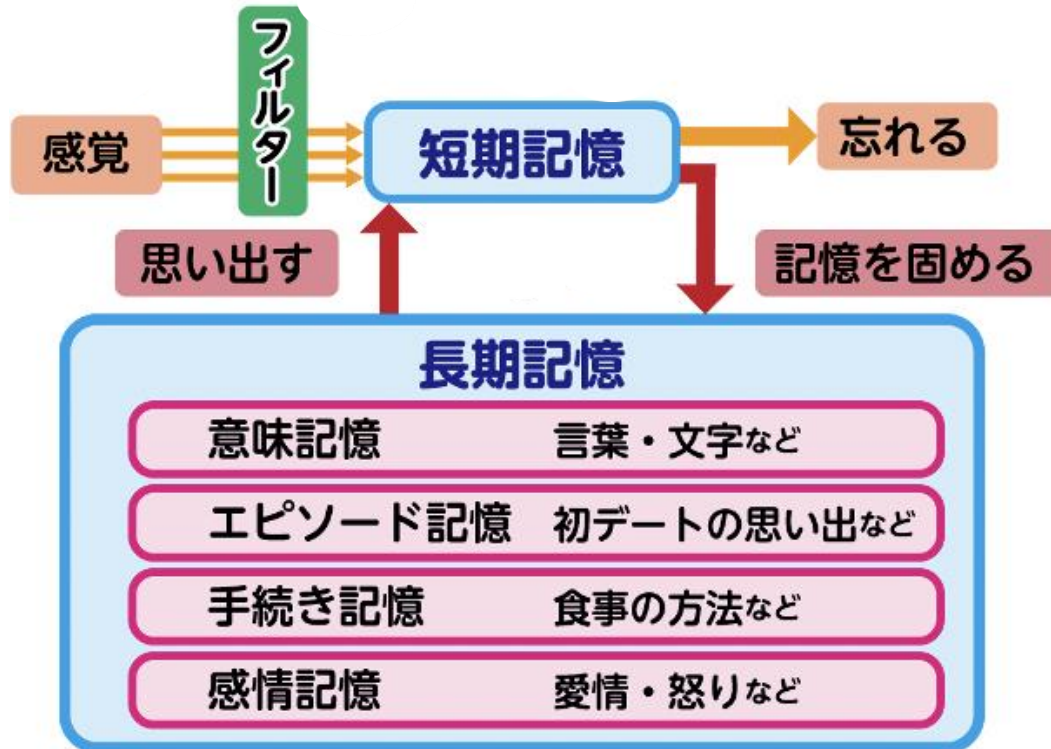
脳には、知覚した情報の中から必要なものだけを選び取るフィルターがあり、選ばれた情報を大脳が分析



その情報はまず短期記憶に入る



短期記憶の中から脳が「これは覚えておこう」と判断した内容が長期記憶に入る



<認知症と記憶>



記憶には忘れられていく順番があります。

短期記憶の次に思い出すことが難しくなるのが、「意味記憶」です。

誰かの名前がとっさに出てこなくなるのは、意味記憶に少し変化が生まれているからです。次に変化が出るのは「エピソード記憶」です。人の名前や出来事についてあまり覚えていない認知症の方が、上手に料理ができるのは「手続き記憶」が働いてくれるからです。

さらに認知症が進むと、お箸の使い方や着替えがうまくできなくなったりしますが、これは「手続き記憶」を呼び出すことができなくなったからです。

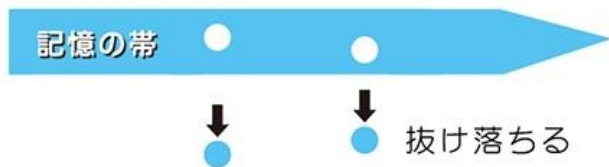
しかし、そのような状態になっても、「感情記憶」は残っています。「一緒にいるから、大丈夫」という相手の感情へのメッセージを伝え続けることができれば、「この人は良い人だな。好きだな」という感情を記憶に残すことができます。逆に、相手を怒らせてしまったり、悲しい気持ちにさせてしまうと、「ひどい人だ。わたしは嫌いだ」という感情が記憶に残り、次に会ったときに敵対的な言動をとられてしまうことはよくあります。

老化によるもの忘れと認知症によるもの忘れ

老化によるもの忘れ

- 体験の一部を忘れる
- ヒントを与えられると思い出せる
- 時間や場所など見当がつく
- 日常生活に支障はない
- もの忘れに対して自覚がある

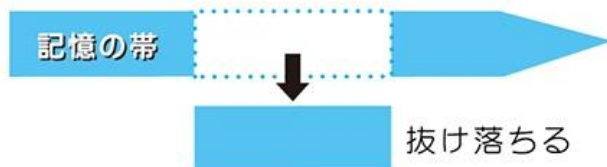
体験の流れ



認知症によるもの忘れ

- 体験全体を忘れる
- 新しい出来事を記憶できない
- ヒントを与られても思い出せない
- 時間や場所などの見当がつかない
- 日常生活に支障がある

体験の流れ



「老化によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」には違いがあります

老化によるもの忘れでは、記憶が虫食い穴のように落ち、何らかの手がかりがあれば空いた穴をある程度正確に埋め戻すことができます。しかし認知症によるもの忘れでは、ところどころですっぽりと抜け落ちたように記憶が失われます。この記憶の抜け落ちは、手がかりを使っても正確に埋め戻すことが出来ません。

<今月のニュース担当より>

老化によるもの忘れと認知症を混同して理解している方が一定数いると感じており、今月号は記憶と認知症についてまとめました。

認知症予防には規則正しい生活と好奇心を失わないことだと言われています。

きらっとテラスでは皆様の安定した生活や好奇心の実現を全力でサポートしています。

来月号は福山看護師の記事になります。
皆さん、お楽しみに♡



言語聴覚士 梅田 郷史



リハビリ訪問看護 きらっとテラス
TEL : 087-814-6830 FAX : 087-814-6831
営業時間 : 平日・祝日 8:30~17:30 (休日 : 土日・年末年始 12/30~1/3)

看護師 : 6名
理学療法士 : 2名
作業療法士 : 1名
言語聴覚士 : 3名
(2024年10月現在)