

ワンポイント介護

高齢者の心を知る

年を重ねると、体だけではなく心も加齢によって変化します。退職で不規則な生活になる。子供が独立して夫婦2人もしくは1人になる。これまで乗っていた車や自転車に乗られなくなるなど、高齢者は様々な環境の変化に直面します。このような変化により、不安が現れるようになります。

【高齢者のうつ病】

近年、高齢者のうつ病が増加しています。その原因は、老化による衰えや環境の変化、社会的役割の喪失などがあげられます。高齢者のうつ病では、抑うつなどの精神的な症状よりも、むしろ次のような症状がみられます。

- ① 耳鳴り、めまい、手足のしびれなどの自律神経症状。
- ② 頭痛、腰痛、胃の不快感などの不定愁訴。また、過度に健康を心配して悩んでしまうことが多いのも特徴の一つです。

【うつ病と認知症】

高齢者のうつ病は、認知症と間違われることがあります。認知症は記憶障害のほかに、気分の落ち込み、意欲・集中力の低下、イライラ感など、うつ病と非常によく似た症状が現れます。また、うつ病と認知症が同時に発症していることもあります。

このような症状を、年だからしょうがないと考えて放置したり、医師に話さないでいたりすると、重症化してしまうこともあるので注意が必要です。

なるべく早くかかりつけの医師の診察を受けるとよいでしょう。

一番わかりやすい介護術 参照