

最近、なんだかおかしいぞ…

あれ？娘の電話番号は何番だっけ？
確かに暗記していたはずなのに……
財布を探すことも多くなった気がする。
きちんとしまったつもりなのに見つからない。
今朝は妻が「同じこと何度も聞かないでよ」と言っていた。
何度も質問した覚えは全然ないのに。
年をとれば記憶力が衰えるとは思うけど、
それにしても、ちょっと気になる…

もの忘れが気になるのですね

誰でも年をとると、もの忘れを自覚するようになります。多くの場合は老化に伴う自然な現象なのですが、中には「認知症」の疑いがある場合もあります。「自分は認知症かもしれない」と疑ってみるのは、とても辛いことですね。認めたくない気持ちもあるでしょう。でも、勇気を持ってご家族に聞いてみてください。自分ではわからない変化を、ご家族は感じているかもしれません。



セルフチェック表を p.14-15 に用意しました。参考にしてください。

