

3

高齢者の 認知機能の特性と 行動特性

高齢者への適切なサービス提供を考えるためには、高齢者の認知機能の特性と行動特性を理解することが重要です。

(1) 高齢期の認知機能の変化

情報を取り入れて、分析し、意思決定を行い、行動につなげる機能である「認知機能」は、年齢とともに低下していきます。60歳を過ぎた頃から、計算する、記憶する、地理的な空間を把握する、ものごとを説明することなど、様々な認知機能が低下していくことが明らかになっています。一方で、言葉でコミュニケーションを取ることや、他人の感情を推測する力、経験や学習によって獲得された知識など、年齢を重ねても比較的維持される能力もあります。**高齢者が多様な可能性を持っている点も同時に理解しておく必要があります。**

高齢者の認知機能の低下から、私たちは認知症の人をイメージしがちです。認知症は、脳に病的な変化が起き、認知機能障害が生じ、日常生活に支障が表れた状態です。一般的には、認知症の前の段階として、認知機能障害があっても生活に支障がない、軽度認知障害(MCI)の状態を経ることとなります。正常な認知機能、MCI、認知症はグラデーションを描くように連続的につながっていて、MCIの人は、環境の影響などによって正常に移行したり認知症に移行したりと、揺れ動いている状態です。

認知症の中で最も多いアルツハイマー型認知症の人に見られる脳への異常なタンパク質の蓄積や、血管性認知症の原因となる動脈硬化や脳の小さな梗塞、微小な出血などは、認知症やMCIになっていない高齢者にもしばしば認められます。加齢に伴う認知機能の低下は誰にでも起こり得ることであり、**高齢者と接するときには、正常か認知症かという区別にとらわれすぎないようにすることが必要です。**

(2) 高齢者の行動特性

認知機能が低下することなどに伴って、高齢者には、次のような行動の特性が年齢とともに強まっていく傾向があります。

注意力の維持が難しくなる

- ▶ 通常の作業に以前よりも長い時間がかかるようになる
- ▶ 鍋を空焚きして焦がしてしまうなど、ケアレスミスが目立つようになる
- ▶ 何度も確認することが多くなる
- ▶ テレビや他の人の会話が耳に入る状態や、何かをしながらの状態でも物事を考えることが難しくなる

頭の中で数秒間の短い間、情報を保持して操作することが難しくなる

- ▶ 暗算や簡単な計算をすることが難しくなる
- ▶ 調理をしながら食卓の準備をするなど、複数のことを同時に行うことがより難しくなる
- ▶ 会話についていくことが大変になる
- ▶ 複数の情報から未来を予測して判断することが難しくなる

記憶力、特に数分～数時間の「近い記憶」で個人的な出来事に関する記憶が低下する

- ▶ 支払いが済んだかどうか思い出せない
- ▶ 買うはずだったものを買い忘れてしまうが増える
- ▶ 同じものを繰り返し買ってきってしまう
- ▶ どこにしまったか思い出せず、探し物が多くなる

耳から入ってくる言葉の意味が理解しにくくなったり、言葉を流暢に発しにくくなる

- ▶ 複雑であったり、長い説明の内容が理解できない
- ▶ 質問の内容がよく理解できずに、会話がかみ合わなくなることがある
- ▶ 人の名前や物の名前が出ないために「あれ」「それ」などの代名詞が多くなる

方向・距離・位置の感覚がつかみづらくなる

- ▶ 交差点に来たときに、正しい道が分からなくなることがある
- ▶ 建物の中でも迷いやすく、目的の場所にたどり着けないことがある
- ▶ 自分の居場所が分からなくなることがある

物事を整理し、複数の段階を踏む計画を立て、意思決定して実行することに努力が必要になる

- ▶ 契約をしたり、制度を利用するために手続きをすることが難しくなる
- ▶ 予算を見積もり、適切に金銭管理を行うことが難しくなる
- ▶ 券売機やATMなど、段階的な操作を求める機械を使うことが難しくなる
- ▶ 相手の説明や表示に誘導されて、必要でないものを購入してしまうことがある

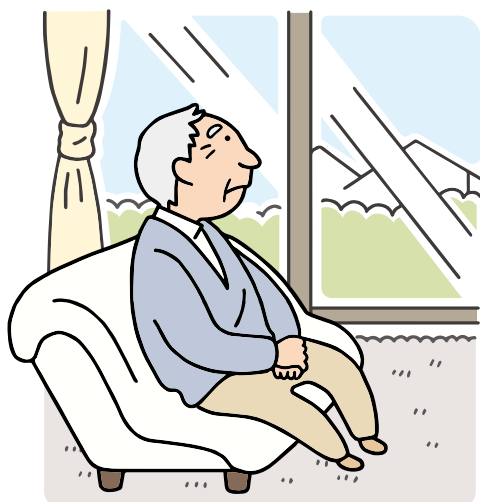


自分の行動の結果を予測することが難しくなる

- ▶ 自分に不利な、望ましくない選択をしてしまうことがある
- ▶ 社会的なルールを破っても大丈夫と考えてしまう
- ▶ 自信過剰になり、詐欺の被害に遭いやすくなる
- ▶ 自分に都合のよい情報を記憶してネガティブな情報は注目しない傾向があり、リスクを適切に評価することができない

自発性や意欲が低下する

- ▶ 買い物などで出かけることが減少し、家の中に閉じこもりがちになる
- ▶ 新しい状況や新しい技術、人との交流、社会活動を避けるようになり、社会から孤立しがちになる



そのほか、一度に多くの情報を提供したり、時間を区切ってせかして判断を迫ること、驚かすことで本人が意図しない判断や行動をしてしまうこともあります。また、機械の操作ミスをしたり失敗をすることでプライドが傷つき易くなります。そのため、事情や問題がわからなくてもわかったふりをすることもあります。

高齢者の選択や行動には、ここで見てきたような特性が強まってくることを踏まえて対応する必要があります。また、高齢者の中にはこうした特性や課題に気がつき、自ら慎重にあるいは準備をして行動する人もいます。そうした**高齢者の不安や心理を社会全体が理解することが重要です。**