

# 認知症の人はなぜ何度も同じことを聞くの？

認知症の人が、ついさっき話したことを忘れてしまうのはなぜですか。

## A 記憶がすっぱり抜け落ち、脳に残っていないからです。

**自** 分の行動や見聞きしたことを覚えていられないのは、認知症によるもの忘れの特徴です。例えば同じ話題を1日に何度も繰り返したり、鍋を火にかけてのを忘れて吹きこぼれさせたりすることなどは、よくある話と言えるでしょう。

また、体験したことや考えたことをそもそも記憶できていない場合もあります。会計レジで店員さんに金額を伝えられても覚えられず、財布からお金をスムーズに取り出せなかったり、ドラマを見ていても次々と内容を忘れ、ストーリーについて



指導 うらかみかつや 浦上克哉

鳥取大学医学部  
認知症予防学講座・教授、  
日本認知症予防学会理事長

ていけなかつたりします。

このように、認知症によるもの忘れは記憶が薄れているのではなく、すっぱりと抜け落ちて脳に残っていない、または最初から記憶されていない状態です。そのため、どれだけ時間をかけて思い出そうとしても、思い出すことはできません。

これは、認知症によって脳の神経細胞が大量に消失し、記憶できる量が激減していることが原因です。アルツハイマー型の初期段階では特に、年代の古い情報は比較的覚えておけるのに対し、最近の情報はあまり記憶されません。さらに症状が進むと、古い情報も忘れてしまいます。

## 認知症の人が同じ質問を繰り返しても、

「さっき話したでしょ」「なぜ忘れるの?」などと責めたり、「思い出して」と強制したりする言葉はタブー。たとえ本人の記憶を思っている言葉でも、記憶が回復することはありません。そればかりが、注意された嫌な思いばかりが残る、話をしなくなる、自信や行動意欲を失って失敗を繰り返すなどの悪循環に陥ります。

認知症の人に同じことを聞かれても、怒らずに何度でも答えてあげたり、話を聞く時間を長めにとってあげたりしてください。本人が気持ちよく過ごせることが、症状の進行予防につながります。

## 認知症の人と接するポイント

### 思い出すことを強要しない

認知症の人は、たったいま、自分が何をしていたのかを忘れることがあります。何も思い出せないことに本人も混乱したり不安になったりするので、目を見て安心させ、何をしていたのかを優しく教えてあげましょう。

### 質問は何度でも答えてあげる

同じことを何度も聞くのは、その話題が自分にとって関心があったり、大事なことであったりするからです。家族は大変ですが、何度でも答えてあげましょう。会話の機会が減ると、症状が進んで無関心になってしまいます。

### 失敗を責めない

作業を最後までできなかつたり、失敗することが増えると、本人も自信を失っていきます。その状態で人に責められると、さらに自信を失って症状が悪化します。失敗を見つけたらさりげなくフォローし、「大丈夫だよ」と安心させてください。