

車の運転に衰えを感じるのは認知症？

Q 最近、車の運転が下手になったと感じます。認知症でしょうか。

A 運転に不安を感じたら、

早めの検査をおすすめします。

運

転に必要な身体機能や脳の働きは、高齢になれば誰でも自然に衰えます。そのため、運転能力の低下は必ずしも認知症の影響とはいえません。

ただし、安全運転を心がけているのに、「急発進や急ハンドルが増えた」

「車体をこすりやすくなった」「車庫入れが難しくなった」などの変化を感じるようになったら要注意。認知症の予兆が表れている可能性があるため、早めに病院で検査を受けましょう。

車の運転には、注意力や判断力、遂行力など、

高

齢者の安全運転を支援するため、75歳以上の運転免許更新時には、記憶力や判断力の簡易な検査が義務付けられています。これらの機能低下が自然な老化現象を越えている場合は、認知症のおそれがあるからです。

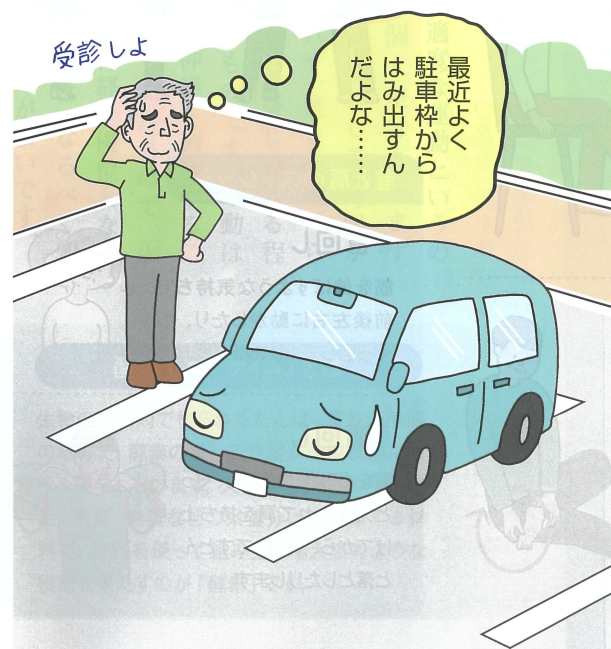
医師の検査を受け、もし認知症と診断されれば、運転を続けることはできなくなります。日常生活に困る人も多いと思いますが、深刻な事故を起こさずに済んだこと、早めの発見と治療で認知症の悪化予防が期待できることを前向きに捉えましょう。また、悪化予防のために、車がなくても外出や人付き合いを減らさないように注意しましょう。

また、視空間認知力と呼ばれる、車と対象物との距離を正しく把握する能力が衰えると、車間距離を一定に保つことや、高速道路でスムーズに合流すること、ラインに沿ってまっすぐ駐車することなどが苦手になります。

こんな変化があったら要注意！

認知症の初期段階の人に多くみられる運転の変化の例を紹介します。思い当たる人は、早めに受診しましょう。

- 車をぶつけたり、こすったりすることが増えた。
- 駐車枠からはみ出したり、まっすぐに停められなくなった。
- カギや免許証などを紛失することが増えた。
- 通り慣れた道なのに曲がる場所を間違えることがある。
- 右折や合流のタイミングが合いにくくなった。
- バックミラーをあまり確認しなくなった。
- 車間距離をキープするのが難しくなった。
- 同乗者と会話しながらの運転が難しくなった。
- 急発進や急ハンドルなど、荒い操作が目立つようになった。
- ウィンカーやワイパーなどの操作を間違えやすくなった。
- 洗車の頻度が減った。



指導 うら 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代表理事