



## 認知症になると どのように感じるの？

### 不安を感じる場合があります

自分がこれまでとは違うことに、最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗が増えることなどにより、「**なんだかおかしい。**」と感ずることがあります。



「自分は今どこにいるんだろう。」とか、「この先自分はようになっていくんだろう。」「自分は家族に迷惑をかけているのではないか。」というような**不安を感じる**ようになります。

### 気分が沈んでうつ状態になる場合があります

もの忘れや失敗が増えて、自分がそれまでできたことができなくなってしまうので、**気分が沈んでうつ状態になる**ことがあります。



うつ状態になると意欲が低下するので、それまでやっていた趣味活動をやめてしまったり、**人とのコミュニケーションも少なくなってしまう**、不活発な生活になってしまいます。

### 怒りっぽくなる場合があります

何か失敗をした時に、**どうしていいかわからずに混乱し、いらいらしやすくなったり、不機嫌になっ**たりすることがあります。



時には**声をあげてしまったり、つい手を出してしま**うことがあります。