

認知症

地域で気づき・
つなぎ・支える

認知症への「気づき」と「理解」を深めるために

1. そもそも認知症って何ですか？

1 認知症は「脳の病気などにより起こる状態」です

- 脳の病気などで脳の細胞が死んでしまったり働きが悪くなったために、少しずつ認知機能（情報を分析したり、記憶したり、思い出したりする機能）が低下し、普段の生活に支障をきたすようになった状態をいいます。
- 以前は「痴呆」と呼ばれていましたが、侮蔑的な意味合いを含んでいる言葉であることや症状を正確に表していないことなどから、平成16年12月から「認知症」と呼ばれるようになりました。
- 誰にでも起こりうる可能性があり、原因となる脳の病気を治療しないまましていると症状がどんどん進行してしまう恐れがあります。

2 認知症の「もの忘れ」

「認知症かな？」と気づく症状の一つに「もの忘れ」がありますが、「もの忘れ」には老化によるもの、つまり年相応のもの忘れと認知症によるもの忘れがあります。



年相応のもの忘れ

記憶の流れ

一部を忘れる
記憶の帯はつながっている

●体験したことの「一部」を忘れる



●ヒントがあると思い出せる



●自分の今いる場所や時間がわかる



日常生活に大きな支障は出ない

認知症によるもの忘れ

記憶の流れ

全体を忘れる
記憶が抜け落ちる

●体験したことの「全部」を忘れる



●ヒントがあっても思い出せない



●自分の今いる場所や時間がわからない



日常生活に支障が出る

認知症には「もの忘れ」以外にも注意したい症状があります

2. 「ちょっとおかしい!？」と思ったときは

1 かかりつけ医などの医療機関に相談しましょう

まずは、かかりつけ医などの医療機関に相談しましょう。「認知症は治らないのだから、病院に行っても仕方がない」と考えていませんか？認知症もほかの病気と同じく早めの診断や治療が大切です。

2 一人で悩まずに相談しましょう

「認知症かな」と最初に気づくのが、家族や身近な人など本人以外であることは少なくありません。「あんなにしっかりしていた人がまさか」ととまどい、「認知症であるはずがない」と考えたくなりがちです。また、今までと違う言動に気づいても、それを他の家族に打ち明けるべきかどうかで悩むことがあるかもしれません。でも、そのような時こそ「家の中のことだから」と一人で悩まず、思い切って相談されてはいいかもしれません。



3. 認知症の原因となる病気って？

1 原因となる主な脳の病気には次のものがあります

アルツハイマー型認知症

どんな病気？

神経細胞が死ぬことで脳が縮んでいく病気で、原因は「アミロイド」という異常なたんぱく質が脳の中に溜まるためだと考えられています。今のところ完全に治すことはできませんが、薬の使用で進行を遅らせることが可能です。認知症の原因では最も多いといわれています。

主な症状は...

- 物忘れなどの症状がゆっくり進行します。
- ものの置き場所、今いる場所や時間がわからなくなったり、ものごとの段取りを考えるのが難しくなります。



レビー小体型認知症

どんな病気？

「レビー小体」という異常なたんぱく質が脳の中に現れることにより起こる病気と考えられています。

主な症状は...

- もの忘れなどに併せて、子どもや動物、昆虫などの生々しい幻視（実在しないものが見えること）が現れることが多いです。
- 「パーキンソン症状」と呼ばれる症状（手足の震え、身体のこわばり、表情の乏しさなど）がみられ歩行が小刻みになり転びやすくなります。



脳血管性認知症

どんな病気？

脳の血管が詰まったり破れたりする「脳血管疾患（脳梗塞・脳出血など）」により、栄養が届かなくなった部分の神経細胞が死んでしまう病気です。脳血管疾患にかかりにくい生活を送ることが予防につながります。

主な症状は...

- 脳梗塞・脳出血が起こった場所や程度により、症状はさまざまです。
- もの忘れ以外に、手足の麻痺や言葉が出にくいといった身体的な症状や、気分が沈んだり感情のコントロールが難しくなるなどの精神的な症状を伴います。



前頭側頭型認知症

どんな病気？

脳の中でも理性をつかさどる「前頭葉」と聴覚や言葉の理解を担当する「側頭葉」という部分が縮んでいく病気です。原因はよくわかっていません。比較的若い時期にかかる人が多い認知症といわれており、ほとんどが65歳以下で発症します。

主な症状は...

- パターン化した行動の繰り返し（常同行動）、状況に関わらず突然立ち去る（立ち去り行為）など特徴的な言動がみられます。



2 治る可能性がある認知症もあります

中には早期の治療で改善が期待できるものもあります。まずは、早めにかかりつけ医などに相談してみましょう。

正常圧水頭症

どんな病気？

脳の中に水が溜まり、脳を圧迫することにより起こる病気です。

もの忘れ以外に...

歩行障害、尿失禁などがみられます。

治すための治療は？

脳の中に溜まった水を抜く手術を受けることで改善が期待できます。

慢性硬膜下血腫

どんな病気？

頭をぶつけたりして脳内で出血し、血の塊ができる病気です。

もの忘れ以外に...

頭痛、歩行障害などがみられます。

治すための治療は？

手術で血の塊を取り除くことで改善が期待できます。

甲状腺機能低下症

どんな病気？

甲状腺ホルモンの分泌が低下し、甲状腺の働きが悪くなる病気です。

もの忘れ以外に...

体のだるさ、低体温（寒がり）、顔や手足のむくみなどがみられます。

治すための治療は？

服薬や注射で甲状腺ホルモンを補充することで改善が期待できます。