

はじめに

認知症は「正常に発達した知的機能が何らかの原因で低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態」を指します。認知症は誰にでも起こりうる病気であり、社会一体となった対応が何よりも重要とされているが、実際には患者さんやご家族が自ら病院まで出向いてくれることを待つしかなく、それが治療の遅れにつながるひとつの要因になっています。また、認知症の症状の現れ方は人によって異なるため、それぞれの方に必要な対策をとることが大切です。

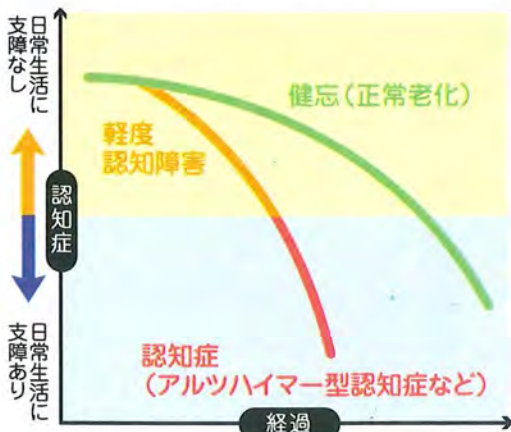
年のせいか、認知症のせいか。この違いを見抜くには…

「もの忘れ」は誰にでも現れる老化現象のひとつです。もの忘れを本人が自覚しており何らかの拍子に思い出したりする場合は、心配ないでしょう。自分が忘れていないことへの自覚がない、新しいことがまったく覚えられない、日時や場所がわからなくなるといった場合は、「認知症」かもしれません。

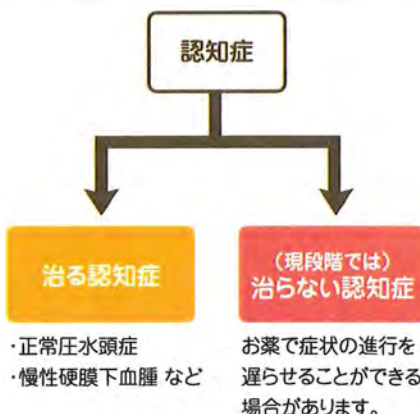
認知症のもの忘れ
体験すべてを
忘れる

ご飯を食べたにもかかわらず、食べたこと自体忘れて、どうしても思い出せない。

認知症と健忘の違い



認知症のタイプ



不二越病院 健診センター
新家 悦朗

伊藤文一 他:レシビ2010年夏号, Vol.9 No.3 p57, 樹南山堂, 2010, 一部改変

認知症を見つける方法として、次のようなものがあります

手の形をまねてもらう方法

手で鳩の形を作り、患者さんにまねてもらう方法です。

- ここを
チェック!
- ・アルツハイマー型認知症で生じる構成障害を簡便にとらえることができます。
 - ・構成障害があると、適切な配置でまとまりある形が作れなくなり、指のパターンの模倣が難しくなります。



池田学 著:認知症(中公新書),p86,2010

1分間スクリーニング法

1分間にできるだけ多くの“動物名”を言ってもらう方法です。



- ここを
チェック!
- ・動物名が13個未満の場合は、アルツハイマー型認知症が疑われます。
 - ・干支の連続呼称は不可とします。

Hanyu H, et al. J Am Geriatr Soc. 57:1130-1131, 2009

まだあるこんな検査法 Clock Drawing Test (CDT) 時計描画テスト

患者さんに時計の文字盤を描いてもらい、指定した時刻を示す長針と短針を書き加えてもらうだけの簡単な検査法です。

- 「この紙の上に丸い時計の絵を描いてください」
「時計の数字も全部描いてください」
「10時10分になるように、時計の長針と短針を書き込んでください」



- ここを
チェック!
- ・文字盤の12の数字が存在すること
 - ・12の数字が正しく配置されていること
 - ・長針と短針の長さが適切であること
 - ・示されている時刻が正しく判読できること

日本認知症学会 編:認知症テキストブック,p119,2010

最近、ご家族の次のような症状が気になったことはありませんか?

思い当たる症状に
チェックをしてみてください。

- 同じ話を繰り返す
- 置き忘れる・しまい忘れる
- ものの名前が出てこない
- だらしなくなった
- 知っている人の名前が思い出せない
- ささいなことで怒る
- 約束をすっぽかすことが増えた
- 外出をおっくうがる
- 財布を盗まれたという
- 理由もないのに気がふさぐ

まとめ

認知症は、早期発見・早期治療が重要です。認知症は治るタイプもあり、治療によって症状の進行を抑えられることもあります。また、生活習慣病のコントロールが認知症の発症予防につながる可能性があるため、しっかり治療に取り組みましょう。

高血圧症、糖尿病、脂質異常症…、メタボ*の人は、認知症になりやすい

高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は、血管性認知症の発症リスクを促すばかりでなく、アルツハイマー型認知症の発症や進展にも関与することが明らかになっています。国内外の調査では、メタボな人はそうでない人に比べ、約2倍もアルツハイマー型認知症になりやすいと報告されています。

*メタボリックシンドロームの略で、内臓脂肪型肥満に加え、高血圧や高血糖、脂質異常を複数併せもった状態のこと。自覚症状がないため、悪い生活習慣を繰り返すうちに動脈硬化が進行し、脳梗塞や心筋梗塞など命をおびやかす生活習慣病に発展する危険があります。



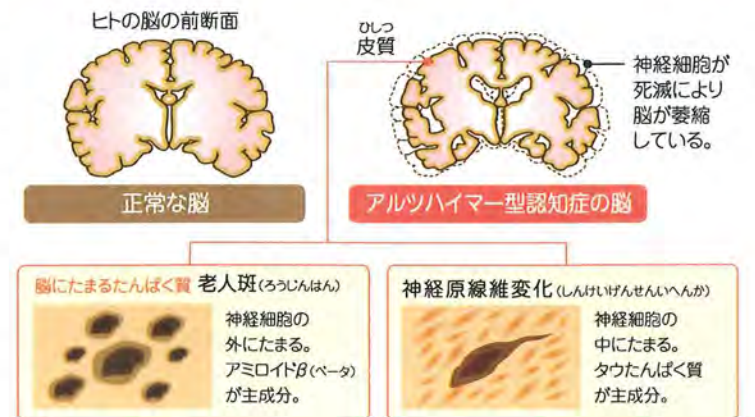
認知症の原因で最も多い病気がアルツハイマー認知症

認知症の原因はさまざまですが、アルツハイマー型認知症と血管性認知症が全体の約8割を占めます。アルツハイマー型認知症は、高齢になるほど発症率が高いことや、男性に比べて女性の方がかかりやすいことなどはわかっていますが、発症のメカニズムはまだ明らかになっていません。これといったきっかけがなく、長時間をかけて脳の変化が進行することから、いつの間にか症状が現れます。

■ 認知症の原因



アルツハイマー型認知症では、脳の中に異常なたんぱく質がたまり、老人斑と呼ばれるシミができて、神経細胞の中の線維にねじれ(神経原線維変化)が起こります。その結果、脳の神経細胞が壊され、脳が萎縮していきます。神経細胞の減少に伴って、神経伝達物質(神経細胞の間で情報のやりとりするための物質)が減少するため、記憶機能が衰えて、もの忘れが初期から現れます。



進行を遅らせるポイントは早期発見・治療

アルツハイマー型認知症を完治させる薬は残念ながら現在のところはありません。しかし、早期に発見・治療を開始することで、症状の進行を遅らせることが期待できます。これまでの自分らしい暮らしや状態を維持しながら、残された能力を生かして日常生活をおくることは、本人だけでなく、まわりのご家族にとっても非常に意味のあることです。

