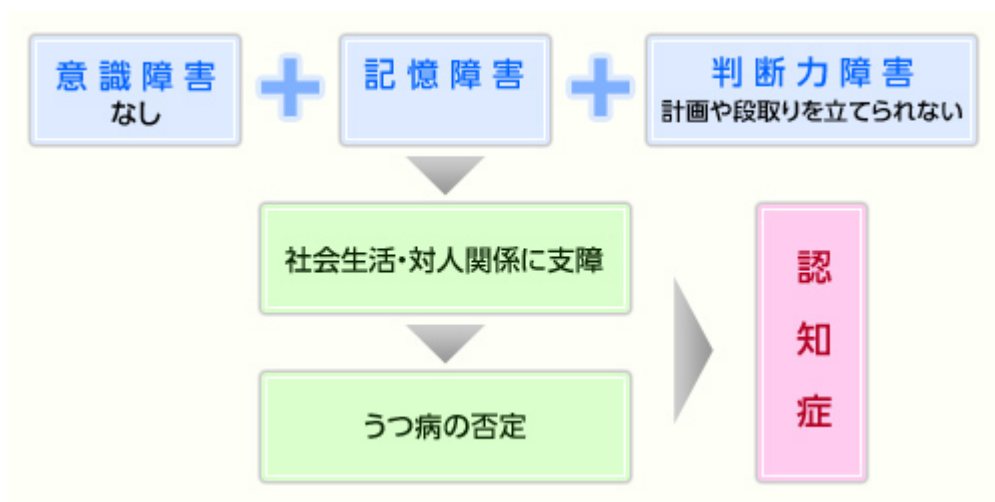
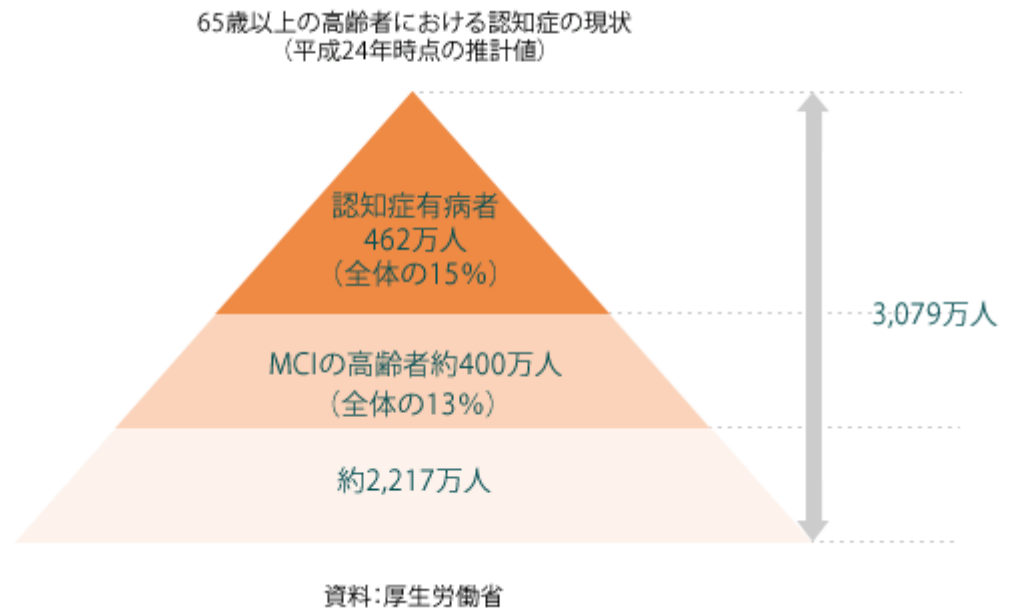


## 1. 「認知症」ってどんな病気？

さまざまな原因で脳の細胞が死ぬ、または働きが悪くなることによって、記憶・判断力の障害などが起こり、意識障害はないものの社会生活や対人関係に支障が出ている状態（およそ6か月以上継続）をいいます。



我が国では高齢化の進展とともに、認知症の人数も増加しています。65歳以上の高齢者では平成24年度の時点で、7人に1人程度とされています。なお、認知症の前段階と考えられているMCI（※1）の人も加えると4人に1人の割合となりますが、MCIの方がすべて認知症になるわけではありません（下図参照）。また、年齢を重ねるほど発症する可能性が高まり、今後も認知症の人は増え続けると予想されています。



※1 : MCI=Mild Cognitive Impairment

正常と認知症の間ともいえる状態。日常生活への影響はほとんどなく、認知症とは診断されない。MCI の人のうち年間で 10~15%が認知症に移行するとされている。

## 認知症の症状

### 脳の働きの低下による症状（中核症状）

実行機能障害は、認知症の人に必ずみられる主症状＝中核症状です。主な症状に、もの忘れ（記憶障害）があります。朝食に食べたものを思い出せない、人の名前が思い出せないといったもの忘れは、加齢とともに多くの人が経験すると思います。しかし認知症になると、食事をしたこと自体を忘れていたり、人に会ったという出来事自体を忘れてしまいます。

ほかに、今日の日付や今いる場所がわからなくなったり（見当識障害）、段取りよく行動することが難しくなる（遂行機能障害）といった症状も出てきます。

## 環境や体験などによる症状（周辺症状）

徘徊、過食・拒食、幻覚・妄想、不潔行動などがあらわれることもあります。家の外をさまよい歩いたり、お金などを誰かに盗まれたのではないかという考えにとらわれたりします。

こうした症状は、環境の変化などから引き起こされることが多く、環境や接し方を変えたりすることで本人の不安がやわらぎ、改善することがあります。

## 具体的な症状

症状	具体的な事例
記憶障害	特に新しい記憶が抜け落ちる。比較的昔のことは覚えている。
判断力の低下	正しい判断がうまくできない
理解力の低下	会話の内容が正確にわからなかったり、新しいルールがのみこめない
見当識障害	今の時間、場所、人がわからない
実行機能障害	慣れているはずのことがスムーズにできない
多弁・多動	おしゃべりが止まらない・じっとしていない
暴言・暴力	突然怒り出す・攻撃的になる
排泄トラブル	おもらしをする・排便をする場所をまちがえる
徘徊	自宅が分からなくなったり、あてもなく歩き回って帰れなくなる

食行動異常 過食・拒食・異食（食べ物以外のものを口に入れる）

昼夜逆転 夜になると興奮して大声を出す

幻覚 見えるはずのないものが見えると言う

妄想 お金を取られた・ものを隠されたなどと思い込む



## 認知症の原因の病気

「認知症」は、さまざまな病気により脳の働きが低下して起こる一連の症状をさす言葉で、病名ではありません。認知症の原因になる病気は、一般にはアルツハイマー病がよく知られていますが、そのほかにもたくさんあります。

### アルツハイマー病

認知症の原因の約半数と、最も患者数の多い病気です。大脳の側頭葉や海馬が萎縮していきます。また、画像診断で「老人斑」と呼ばれる変化が見られるのも特徴です。

今日の日付や今いる場所を忘れたり、食事したこと自体を忘れたりします。初期

には体はよく動きますが、いずれ大脳の機能が弱くなって寝たきりになります。症状の進行を抑えるため抗認知症薬（アリセプトなど）が処方されます。

## レビー小体型認知症

脳の萎縮や死滅が目立たないため、MRI や CT による画像診断では判断できないことがほとんどです。

脳の側頭葉、後頭葉の萎縮や活動の低下による「幻覚」が最も目立つ特徴です。

手の震えや小刻み歩行、手足のこわばり、表情がなくなるなど、パーキンソン病のような症状のほか、便秘や失禁、立ちくらみなどの自律神経症状をとまなうことがあります。

認知機能の低下についてはアルツハイマー病と同じく、症状の進行を抑えるため抗認知症薬（アリセプトなど）が処方されます。パーキンソン症状については抗パーキンソン薬が処方されます。

## 前頭側頭型認知症

高度な判断を行う前頭葉や側頭葉を中心とした脳の萎縮が特徴です。社会のルールに合わせた行動が困難になります。おどけたような態度をとったり、スーパーで会計前のものを食べたりします。意欲が低下して無表情になることもあります。

## 血管性認知症

脳の血管が詰まったり（脳梗塞）、破れたり（脳出血など）して、脳の機能が低下します。

もの忘れなどの症状のほか、手足の震えや麻痺など運動障害が特徴です。症状が出たり消えたりするまだら症状も多くみられます。抗血栓薬などを処方します。

## 甲状腺機能低下症

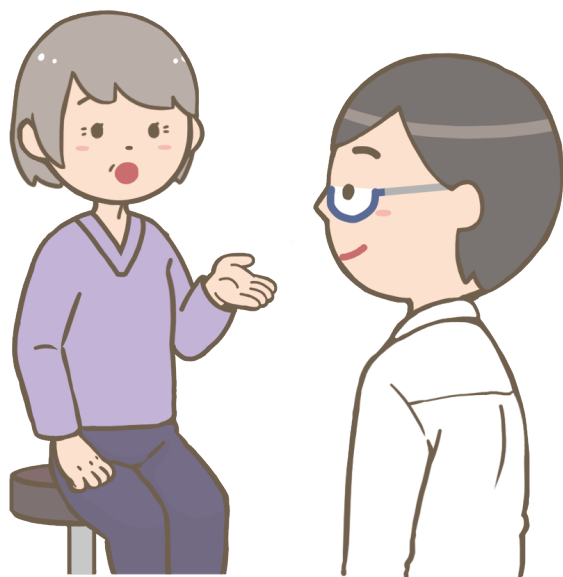
全身の倦怠感、疲労感、体のむくみなどに加え、もの忘れなどの認知症の症状が見られます。甲状腺ホルモン製剤の服用で、劇的に改善します。

### 慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、脳腫瘍など

これらの病気が原因の場合、手術や治療で認知症の症状が改善される可能性が高くなります。転んで頭を打ったあとなどに認知症の症状や運動麻痺があらわれたときは、慢性硬膜下血腫や硬膜外血腫が原因となっている疑いがあります。脳脊髄液がたまって脳組織を圧迫する正常圧水頭症は、認知症の症状のほか、歩行障害、失禁などの症状が出ます。これらは手術によって、改善する見込みがあります。

### ビタミン不足

ビタミンB1・葉酸・ビタミンB12などの欠乏により、認知症様の症状を呈することもあります。錠剤等の内服により、症状が改善することがあります。



## 3. 予防方法は？治療法？

日ごろの生活管理と早期診断・治療が大切

認知症の大部分を占めるアルツハイマー型や脳血管性認知症は、生活習慣病（高血圧、糖尿病、高脂血症など）との関連があるとされています。例えば、野菜・果物・魚介類の豊富な食事を心掛けたり、定期的な運動習慣を身に付けたりと、普段からの生活管理が認知症の予防につながるということが分かってきました。

また、症状が軽い段階のうちに認知症であることに気づき、適切な治療が受けられれば、薬で認知症の進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることもできます。早期診断と早期治療によって、高い治療効果が期待できるのです。

認知症の早期診断・早期治療につなげるために、自分自身や家族・同僚、友人など周りの人について「もしかして認知症では」と思われる症状に気づいたら、一人で悩まず専門家などに相談しましょう。

当院では、医師診察時に一般的な認知症診察を行いますが、より詳細な認知機能評価（神経心理検査）が必要な際や、ご本人やご家族様の生活上のアドバイスをご希望された際には、認知症ケア専門士による専門外来を受診いただくことも可能です。

参考資料；

- ① 『都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応』（平成 25 年 3 月・朝田隆）
- ② ベネッセスタイルケア <https://kaigo.benesse-style-care.co.jp/ninchisho/reason/>