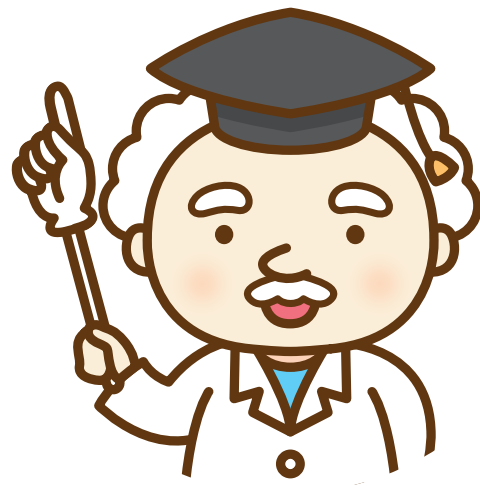


認知症とは？



認知症とは脳の障害により、これまでつちかっていた記憶や、判断などの能力が徐々に低下し日常生活に支障をきたす状態（およそ6か月以上継続）です。

認知症はだれにでも起こりうる脳の病気です。

もの忘れと認知症の違い

年相応のもの忘れ



体験の一部を忘れる

- 何を食べたか思い出せない
- 目の前の知人の名前が思い出せない
- 物を置いた場所をしばしば思い出せない

認知症の記憶障害



体験の全部を忘れる

- 食べた事自体を忘れる
- 目の前の知人が誰かわからない
- 置いたこと自体を忘れる事が頻回にある

MCI (軽度認知障害)

「認知症の一手前」と言われている状態。認知症ではない為、自立した生活ができると言われていいます。

MCIのうちに発見し早期に対応する事で発症を遅らせる事ができる可能性があります。

注) 現実には加齢による物忘れと、認知症による物忘れの区別が難しい時もあります。当てはまらない人もいますので、目安としてご覧ください。

認知症の症状

認知症には脳の細胞が壊れることによって出現する症状「**中核症状**」と、本人の性格や環境・人間関係などの影響で出現する症状「**BPSD=行動・心理症状**」があります。「**BPSD=行動・心理症状**」は適切な治療や周囲のサポートで、予防や緩和が可能な症状です。

抑うつ
気持ちが落ち込んでやる気がでない

暴力・暴言
大きな声をあげる
手をあげようとする

道迷い
無目的に歩き回る
※本人なりの理由がある

不安・焦燥
落ち着かない
イライラしやすい

介護抵抗
入浴や着替えなどを嫌がる

睡眠障害
昼と夜が逆転する

BPSD=行動・心理症状
本人の性格や環境、人間関係などの影響で出現する症状

改善することが
できる

妄想
ものを盗まれたと言う

食行動の異常
食べられないものを食べようとする

認知症の中核症状
脳の細胞が壊れることによって出現する症状

治すことが
難しい

記憶障害
覚えられない、すぐ忘れる

見当識障害
時間、場所、人物がわからなくなる

実行機能障害
計画を立てられない

理解・判断力の障害
考えるスピードが遅くなる等

主な認知症の種類と特徴的な症状

アルツハイマー型認知症

一番多い認知症。アミロイドβやタウたんぱくと呼ばれる異常なたんぱく質が蓄積され神経細胞が壊れて脳が縮んでいく認知症

初期の症状

- 同じことを何度も聞いたり言ったりする
- つじつまを合わせようと抜け落ちた記憶を作り話でとりつくりすることがある
- 段取りがわからなくなる



脳血管性認知症

脳の血管が詰まったり(脳梗塞)、破れたり(脳出血)して血流が途絶え神経細胞が死滅するために起こる認知症

初期の症状

- 認知機能の低下が、まだらに起こる
- 嚥下障害、言語障害などの症状が多くみられる
- 意欲が低下する
- 急に泣いたり怒ったりと感情のコントロールがうまくいかない



レビー小体型認知症

レビー小体という特殊なたんぱく質がたまり、神経細胞が壊れて減少する

初期の症状

- 手足のふるえや筋肉の硬直、小刻み歩行などパーキンソン病の症状に似た症状があらわれる
- 実際には見えない子供や虫が見えたりする
- 初期の段階では物忘れが出ないことがある



前頭側頭型認知症

脳の中の前頭葉(感情のコントロール)や側頭葉(視覚や言葉の理解)が縮んで起こる認知症

初期の症状

- 他人に配慮ができない
- 社会のルールが守れなくなる
- 物事に興味が持てなくなる、ぼんやりと過ごす
- 同じ行動を繰り返す(常同行動)
- 食事や嗜好の変化



認知症セルフチェックリスト

物忘れチェックリストは、あくまでも目安です。診断には医療機関での受診が必要です。

<p>1 今日が何月何日かわからない時がありますか ない(0点) ときどきある(1点) よくある(3点) 点</p> <p>2 財布や鍵など、大事なものを置いた場所を忘れたり、見つからなくなったりする事がありますか ない(0点) ときどき(1点) よくある(2点) 点</p> <p>3 お金の出し入れや、支払いは一人でできますか できる(0点) だいたい(1点) できない(2点) 点</p> <p>4 必要な時、自分で電話番号を調べて、電話をかけていますか かけている(0点) ときどき(1点) かけてない(2点) 点</p> <p>5 一人で買い物に行っていますか 行っている(0点) ときどき(1点) 行っていない(2点) 点</p>	<p>6 車(運転)やバス、モノレールに乗って一人で外出できますか できる(0点) だいたい(1点) できない(2点) 点</p> <p>7 5分前、少し前に聞いた話を思い出せない時がありますか ない(0点) ときどき(1点) よくある(2点) 点</p> <p>8 言おうとしている言葉が、すぐに出てこない事がありますか ある(0点) ときどき(1点) よくある(2点) 点</p> <p>9 自分で道具(掃除機、ほうき等)を使って掃除(屋内・屋外)をしていますか している(0点) ときどき(1点) していない(2点) 点</p> <p>10 周りの人から「いつも物忘れがある」「同じ事をきく」など、物忘れがあるとされますか 言われない(0点) ときどき(1点) よく言われる(2点) 点</p>
---	--

15点以上の場合、社会生活に何らかの支障が出ている可能性があります。お近くの医療機関や相談機関に相談しましょう。

沖縄県認知症疾患医療センター 嬉野が丘サマリヤ人病院 監修

チェックした合計点数 点

2016年6月15日作成