

いそファミ通信

2014. 4月号



認知症外来はじめました

年をとればだれでも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になったりということが、多かれ少なかれありますよね。しかし「**認知症**」は、このような「**加齢によるもの忘れ**」とは違います。

例えば、「**加齢によるもの忘れ**」は朝ご飯のメニューを忘れることがあります。しかし「**認知症によるもの忘れ**」は朝ご飯を食べたこと自体を忘れてしまいます。

そして、「**認知症**」といっても原因によっていくつかの種類があり、それによって症状も多様です。



代表的なものをあげてみます

「アルツハイマー型認知症」

記憶障害(もの忘れ)から始まる場合が多く、他の主な症状としては、段取りが立てられない、気候に合った服が選べない、薬の管理ができないなど。

「脳血管性認知症」

脳梗塞や脳出血、脳動脈硬化などによって、一部の神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、神経細胞が死んだり神経のネットワークが壊れたりする。記憶障害や言語障害などが現れやすく、アルツハイマー型と比べて早いうちから歩行障害も出やすい。

「レビー小体型認知症」

幻視や筋肉のこわばり(パーキンソン症状)などを伴う。

「前頭側頭型認知症」

会話中に突然立ち去る、万引きをする、同じ行為を繰り返すなど性格変化と社交性の欠如が現れやすい。

「もしかして認知症では」と思われる こんな症状に注意

(1) 記憶障害

新しいことを記憶できず、ついさっき聞いたことも思い出せなくなります。

(2) 見当識(けんとうしき)障害

まず時間や季節感の感覚が薄れ、その後に迷子になったり遠くに歩いて行こうとしたりするようになります。

(3) 理解・判断力の障害

思考スピードが低下して、些細な変化やいつもと違うできごとで混乱を来す、などの症状が起こりやすくなります。例えば、儉約を心がけながら、必要のない高額商品を購入したり、自動販売機や駅の自動改札、銀行 ATM などの前でまごついたりしてしまうようになります。

(4) 実行機能障害

買い物で同じものを購入してしまう、料理を並行して進められないなど、自分で計画を立てられない、予想外の変化にも柔軟に対応できないなど、物事をスムーズに進められなくなります。

(5) 感情表現の変化

その場の状況がうまく認識できなくなるため、周りの人が予測しない、思いがけない感情の反応を示すようになります。

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、生活習慣病と関連があるとされています。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**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。**早期発見と早期治療によって、高い治療効果が期待**できるのです。

認知症の早期発見・早期治療につなげるために、自分自身や家族など周りの人の「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。**

いそむらファミリークリニック