

# 知っておきたい認知症について

## ●認知症とは…

認知症とは、さまざまな原因により脳に変化がおこり、それまでできていたことができなくなり、生活に支障を来した状態をいいます。

## ●認知症を引き起こす主な原因疾患

### ◆アルツハイマー病

長い年月をかけて脳内にたまったアミロイドβ等の異常なたんぱく質により神経細胞が破壊され、脳に萎縮が起こるアルツハイマー病が原因となり発症する認知症です。初期では、昔のことはよく覚えていますが、最近のことは忘れてしまいます。徐々に進行し、やがて時間や場所の感覚がなくなっていったり、状況に応じた判断が困難になったりします。

### ◆脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血によって一部の神経細胞に十分な栄養や酸素がいき渡らなくなる脳血管障害が原因となり発症する認知症です。高血圧や糖尿病などの生活習慣病が主な危険因子です。

### ◆レビー小体型認知症

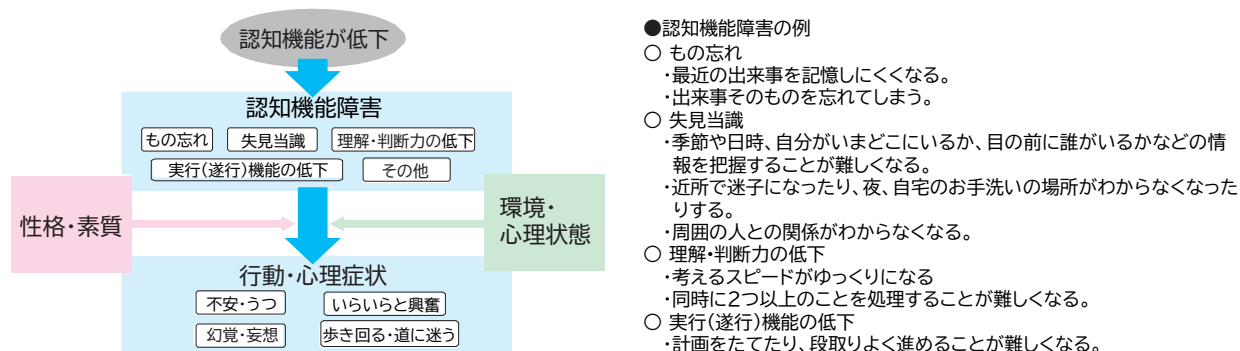
「レビー小体」と呼ばれる異常なタンパク質が脳内を中心に蓄積しながら、神経細胞が破壊されるレビー小体病が原因となり発症する認知症です。現実には見えないものが見える幻視や、手足が震えたり筋肉が固くなったといった症状が現れます。歩幅が小刻みになり、転びやすくなります。

### ◆前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉で、神経細胞が減少して脳が萎縮する前頭側頭葉変性症が原因となって発症する認知症です。感情の抑制が効かなくなったり、社会のルールを守れなくなったりといったことが起こります。

## ●認知症の症状とは…

認知症には、脳に起こっている原因疾患そのものによっておこる、もの忘れ、理解判断力の低下などの「認知機能障害」と本人をとりまく環境の影響を受けておこる「行動・心理症状」があります。



※認知症サポーター養成講座標準教材(特定非営利活動法人地域ケア政策ネットワーク 全国キャラバン・メイト連絡協議会制作)から抜粋

## ●認知症って治るの？

認知症の中には、原因疾患に合わせた適切な治療を始めることにより進行を遅らせることができる場合があります。そのためには早期に受診することが大切です。

## ●認知症の予防方法は？

- ・これをすれば「認知症にならない」という予防法はありません。
- ・運動習慣や食習慣の改善に努めることは、発症のリスクを減らす効果が認められています。
- ・何らかの役割を持って社会参加をすることで、脳が活性化され、認知機能にいい影響を与えるといわれています。

## ●認知症の方にはどう接したらよいですか？

- ・認知症になったからといって何もわからなくなったわけではありません。本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけることが重要です。
- ・ゆっくりわかりやすい言葉で話すと安心します。
- ・全てができなくなるわけではないので、本人ができることを生かしながらお手伝いします。

～認知症は単なるもの忘れとは異なります。  
おかしいと思ったら早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。～