

認知症って？

認知症とは、後天的な脳の障害によって認知機能（記憶力や判断力など）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態のことをいいます。認知症の原因となる病気にはさまざまなものがありますが、大きく次の4つに分けられます。

○アルツハイマー型認知症

認知症の原因疾患のうち最も多く、約50%を占めます。記憶障害（もの忘れ）から始まる場合が多く、進行すると日時、場所、人なども分からなくなります。



○レビー小体型認知症

「レビー小体」という異常なたんぱく質が脳に蓄積することで起こります。筋肉のこわばりなどのパーキンソン症状や、実際にはいない人や虫などが見える幻視を伴います。



○脳血管性認知症

脳梗塞、脳出血などで脳の血管の一部がつまり、血液が行きわたらずに脳の神経細胞の一部が機能しなくなります。



○前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉を中心に障害が発生し、がまんしたり、人を思いやるなどの社会性が失われます。



認知症になるとどうなるの？

大きく分けて次に「中核症状」と「行動心理症状」の2種類の症状が現れます。

中核症状

●記憶障害

経験したことを忘れる、数分前の記憶が残らない、今日の日付が分からない

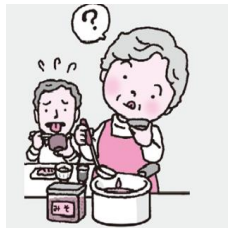


●見当識障害

時間や季節の感覚が薄れる、通いなれた道で迷う、周囲の人との関係が分からなくなる

●理解、判断力の障害

2つ以上のことが処理できなくなる、いつもと違う出来事で混乱しやすくなる、あいまいな表現が理解しにくくなる



●実行機能障害

計画をたてて段取りをすることができなくなる

行動・心理症状

●元気がなく引っ込みじあんになる

自身を失い、全てが面倒になり、うつ状態になる場合もある

●身の回りの動作に支障が出る

食事、更衣、入浴、排せつができなくなる



●物盗られ妄想

周囲の人に財布や通帳を盗られたなどと思い込む

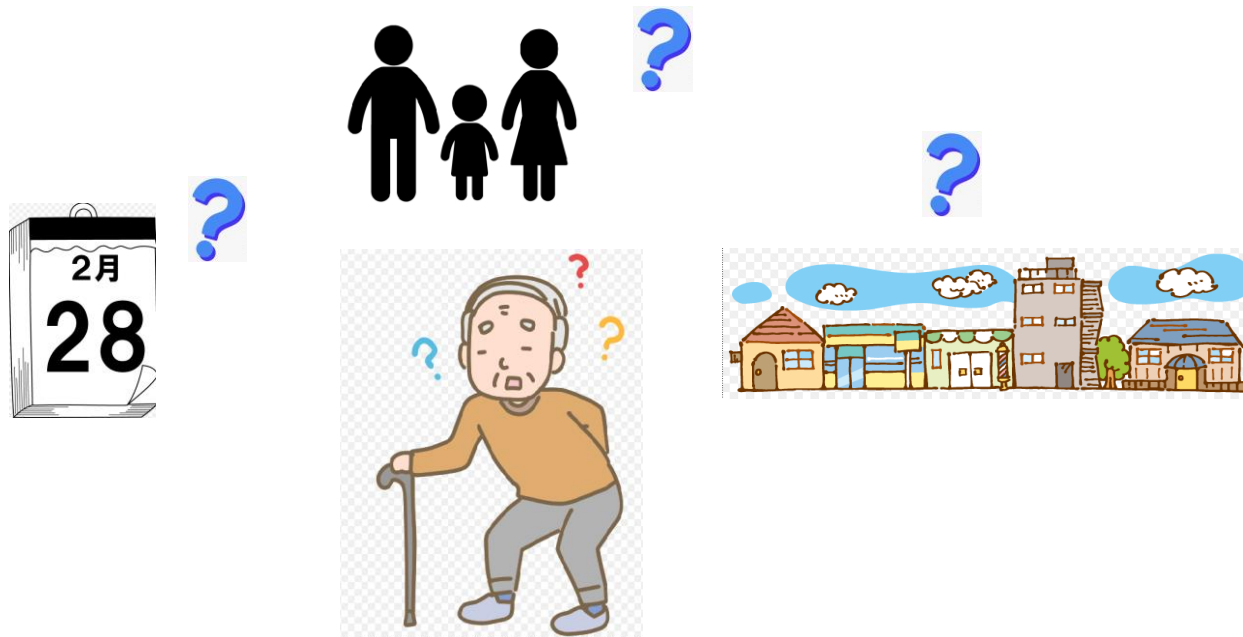


認知症の段階と状態

もしも、認知症を発症すると・・・

認知症とは、何らかの原因によって脳が障害を起こし、認知機能（記憶力や判断力など）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態のことをいいます。

認知症は進行性の疾患なので、気づかないまま放置すると、どんどん症状が悪化してしまい、進行するほど自立した生活が困難になります。



● 認知症の段階と状態

段階	状態
気づき・ 発症期	<ul style="list-style-type: none">● 認知症の疑いがある● 認知症の疑いはあるが日常生活は自立している
軽度	誰かの見守りがあれば日常生活は自立している
中等度	日常生活に手助けや介護が必要
重度	常に介護が必要

何よりも早めに気づくことが大切！

現在、認知症を完治させる薬や治療法はありません。しかし、生活習慣病と同じように早期に発見し、適切な治療を行うことで、病気の進行を抑え、生活の質を維持しながら暮らしていくのは十分に可能です。

また、認知症の前段階といわれる「軽度認知障害（MCI）」のうちに対処すれば認知症の発症を遅らせたり、防いだりすることができます。



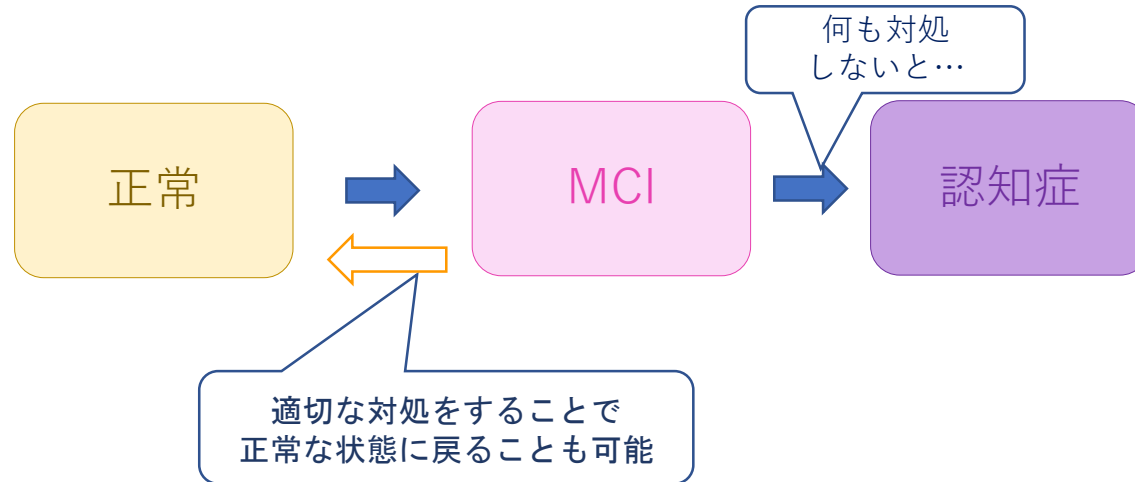
早期発見によるメリット

- ①発症の原因によっては、早い段階で治療をはじめることで回復が期待できる場合もあります
- ②早期の対応で、その後の症状の緩和や進行を遅らせることができます。
- ③今後の生活の備えやもしものときの話し合いを余裕をもって進められます。



軽度認知障害（MCI）とは

軽度認知障害とは、記憶力や注意力といった脳の認知機能が正常より低下しているが、日常生活には支障がなく、認知症には至っていない状態です。そのまま放置していると高い確率で認知症に移行してしまいます。しかし、適切な対策を講じることで症状が改善して正常な状態に戻ったり、認知症への進行を遅らせることができます。



こんなサインに気づいたら、早めに相談を！

認知症の初期症状として、記憶障害による「物忘れが現れることがあります。高齢期になると整理的老化による年相応の「もの忘れ」も多くなります。また、うつ病の症状にも認知症状と似た状態がみられることがあります、これらを見極めることはとても難しい場合があります。あなたや周囲の人に下記のような認知症のサインが現れていませんか？少しでも心配なこと、困ったことがあれば、専門の医療機関や地域包括支援センターにご相談下さい。

本人の気づき

- しっかり寝ているのに昼間によくうとうとしてしまう
- 気分が落ち込み不安感が強くなった
- 車の駐車が以前より下手になった
- 仕事や家事でうっかりミスが増えた



家族など周囲の人の気づき

- 何度も同じことを尋ねる
- 短気になった、あまり外出しなくなったなど、依然と違う様子が見られる
- 几帳面できれい好きだったのに、家がひどく散らかっている
- 料理の味付けが以前と変わった



認知症初期集中支援チームがサポートします

「認知症初期集中支援チーム」とは、医師（認知症サポート医）をはじめ、看護師、社会福祉士、介護福祉士などの専門職により構成されるチームで、全国の市町村に設置されています。

認知症の人や認知症が疑われる人、およびその家族を訪問して、認知症に関する心配や悩みなどの相談に応じたり、医療機関の受診や介護サービス利用の手助けを行うなど、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を築きます。



対象者（すべてに該当）

- 40歳以上
- 在宅で生活している
- 認知症または認知症の疑いがあり、以下のいずれかに該当する人

医療サービス、介護サービスを受けていない人、または中断している人で以下のいずれかに該当する場合）

- 認知症疾患の臨床診断を受けていない
- 認知症と診断されたが介護サービスが中断している
- 継続的な医療サービスを受けていない
- 適切な介護サービスに結び付いていない



医療サービス、介護サービスを受けているが認知症の行動・心理症状が顕著なため、家族や関係者が対応に苦慮している。



まずは最寄りの地域包括支援センターにご相談ください