

認知症とは

認知症とは、様々な原因で、一度獲得した脳の機能が低下し、日常生活に支障をきたす状態で、通常に加齢による衰えとは違います。

加齢によるもの忘れ	認知症による記憶障害
体験の一部を忘れる	体験の全てを忘れる
もの忘れの自覚がある	もの忘れの自覚がない
ヒントを与えられると思い出せる	ヒントを与られても思い出せない
自分の今いる場所や時間が分かる	自分の今いる場所や時間が分からなくなる

➡ 日常生活に大きな支障はない

➡ 日常生活に大きな支障がある

認知症は、早めの気づきが大切です。自分の、身近な人の、もの忘れが気になったら【もの忘れ気づきシート】（裏表紙）をやってみましょう。



「認知症かも」と気づいたときは、**早めに相談し受診をしましょう。**

① 治療可能な場合や改善を期待できる場合もあります

脱水や正常圧水頭症等、原因によっては治療すれば治る病気もあります。また、認知症薬は早い段階から内服を開始するほど、効果的と言われています。

② 対応の仕方が分かり、より早く周囲の支援を受けられます

認知症と分かることで、本人の状態が理解でき、家族も周りも適切な対応が分かるようになります。不要なトラブルを減らすことができ、本人だけでなく家族の負担を軽減することにもなります。

③ 今後の生活を準備していくことができます

認知症と診断されることはショックな事ですが、症状の軽い間に本人と家族で病気と向き合い話し合うことで、どのような支援や制度を利用したいのか、どのように暮らしていきたいのか等、将来の生活に備えることができます。

65歳未満で発症する認知症のことを「若年性認知症」といいます。
若年性認知症の方を対象とした制度もあります。P6、16もご覧ください。



認知症の症状

脳の細胞が壊れることで様々な症状が起こり、それに伴って行動や心の状態に変化が出てきます。例えば、朝食に何を食べたか思い出せないのは、加齢による「もの忘れ」といえますが、朝食を食べたこと自体を忘れてしまう場合は、「認知症」が疑われます。これらの変化に、本人が一番とまどい、不安を感じています。

初期であれば、服薬等により進行を遅らせることも可能です。

記憶障害	・新しいことを覚えられない。 ・覚えていたことをすぐ忘れる。
見当識障害	・場所や時間が分からなくなる。 ・時間・季節感が薄れる。
理解・判断力の低下	・考えるスピードが遅くなる。 ・2つ以上のことが重なるとうまく処理できない。
実行機能の低下	・計画を立て、段取りをすることができなくなる。

認知症の種類

一番多い認知症

アルツハイマー型認知症



脳の神経細胞が徐々に減少し、脳が萎縮する（縮む）ために起こる病気。認知症で最も多いタイプ。

<特徴>

最近のことを忘れる、同じことを何回も言う。
緩やかに進行する。

脳梗塞、脳出血などが引き金

血管性認知症



脳梗塞や脳出血等により、脳細胞に十分な血液が送られずに、脳細胞が死んでしまう病気。

<特徴>

脳のどの部分が障害されたかによって症状が異なる。手足のマヒや歩行障害等の神経障害を伴うことが多い。

幻視が起こるのが特徴

レビー小体型認知症



「レビー小体」というたんぱく質が脳の神経細胞にたまる病気。

<特徴>

パーキンソン病に似ている症状（手足のこわばり、小刻み歩行等）
幻覚や妄想がみられる。

性格や行動上の変化が主な症状

前頭側頭型認知症



脳の前頭葉や側頭葉を中心に徐々に萎縮する病気。

<特徴>

我慢や思いやり等の社会性を失い、性格の変化や衝動的な行動が見られる。初期にももの忘れは現れず、気づきにくい。