

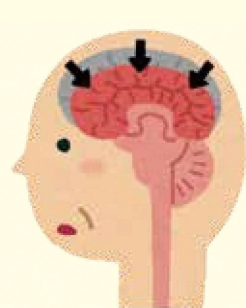
4 認知症について知ろう

認知症とは、脳の細胞が様々な原因で壊れてしまったり、動きが悪くなったりするため、生活する上で支障が出ている状態を言います。（おおよそ6ヵ月以上継続）

認知症の原因となる脳の病気

主なものとして、下記の4つがあります。他にも、病気や一時的な症状の場合があり、治る病気も長期間放置すると、回復が難しくなることがあります。早期診断・受診が大切です。

①アルツハイマー型認知症



脳に「アミロイド^{ベータ}β」
「タウタンパク」などの
異常なタンパク質がた
まり、脳が萎縮します。

**新しい出来事を忘れ
るなどの「記憶障害」、
時間や場所が分からな**

くなる「見当識障害」が起こります。

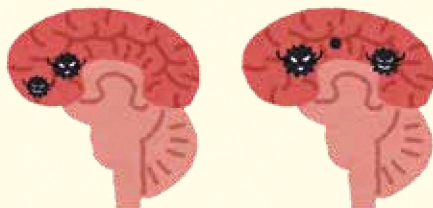
②脳血管性認知症



脳梗塞、脳出血など
で血管が詰まったり、
出血することによって
脳細胞に必要な酸素や
栄養が送られなくなり
ます。

障害される部位に
よって症状の出方が違うため**もの忘れがあっ
ても判断力の低下はみられない**などの症状が
あり、まだら認知症とも呼ばれます。

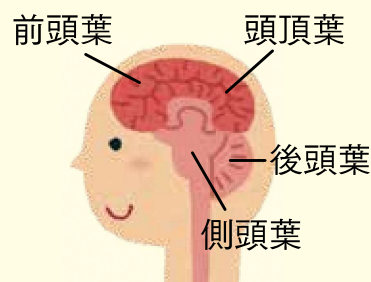
③レビー小体型認知症



脳に「レビー小体」という異常なタンパク
質がたまり、神経細胞を破壊します。

**ないはずのものが見える「幻視」や、手足
の震えや小刻み歩行**といったパーキンソン病
のような症状が出ます。

④前頭側頭型認知症



脳の前頭葉や側頭葉の委縮により発症し
ます。

**人格が変わり怒りっぽくなる、思いやり
といった社会性が低下する**などの特徴があ
ります。

〈ほかの病気や、一時的な症状の場合もあります〉

【正常圧水頭症・脳腫瘍・慢性硬膜下血腫】

脳外科的な治療で改善する場合があります。

【甲状腺ホルモンの異常・脱水症状・ビタミンの欠乏】

内科的な治療で良くなります。

【うつ病】

認知症との判断が難しい場合や認知症と同様の症状が出る場合があります。

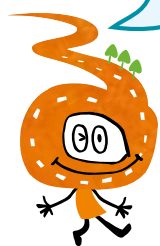
【薬の不適切な使用で認知症に似た症状が出ている場合】

薬の調整を行えば回復します。

治る病気や症状だとしても、長期間放置すると回復が難しくなることがありますので、早期診断・受診が大切です。

Q

若い頃の話ばかりを何度も何度も話します。
最近のことは、何回言っても忘れてしまい、
困っています。



A

新しい出来事を覚えることは、若いときのようにはいきませんが、過去の出来事や体験は比較的よく記憶しています。着物の着付け、料理、大工仕事など、本人が得意だったことはできることが多いです。
本人の自尊心を傷付けないよう、話を否定しない、大切な事は目で見て分かるように残しておく等の対応が有効だと言われています。



認知症の症状



一人で歩き回る



記憶障がい



判断力低下



怒りっぽくなる

中核症状※1



不安・幻覚



話している言葉
が理解できない



時間や場所が
わからない

周辺症状※2



意欲がなくなる

その他：イライラ、興奮、暴力行為、妄想、うつ状態、自発性低下 など

※1 中核症状:認知症の原因である「脳の細胞が壊れる」ことで起こる認知症の方に共通して起こる症状

※2 周辺症状:行動・心理症状（BPSD）。脳の機能が低下している状況で本人の元々の性格や暮らしている環境、人間関係に大きく影響し現れる症状。周囲の人たちのサポートで抑えることが可能。

Q

どのような症状に気を
付ければよいですか？

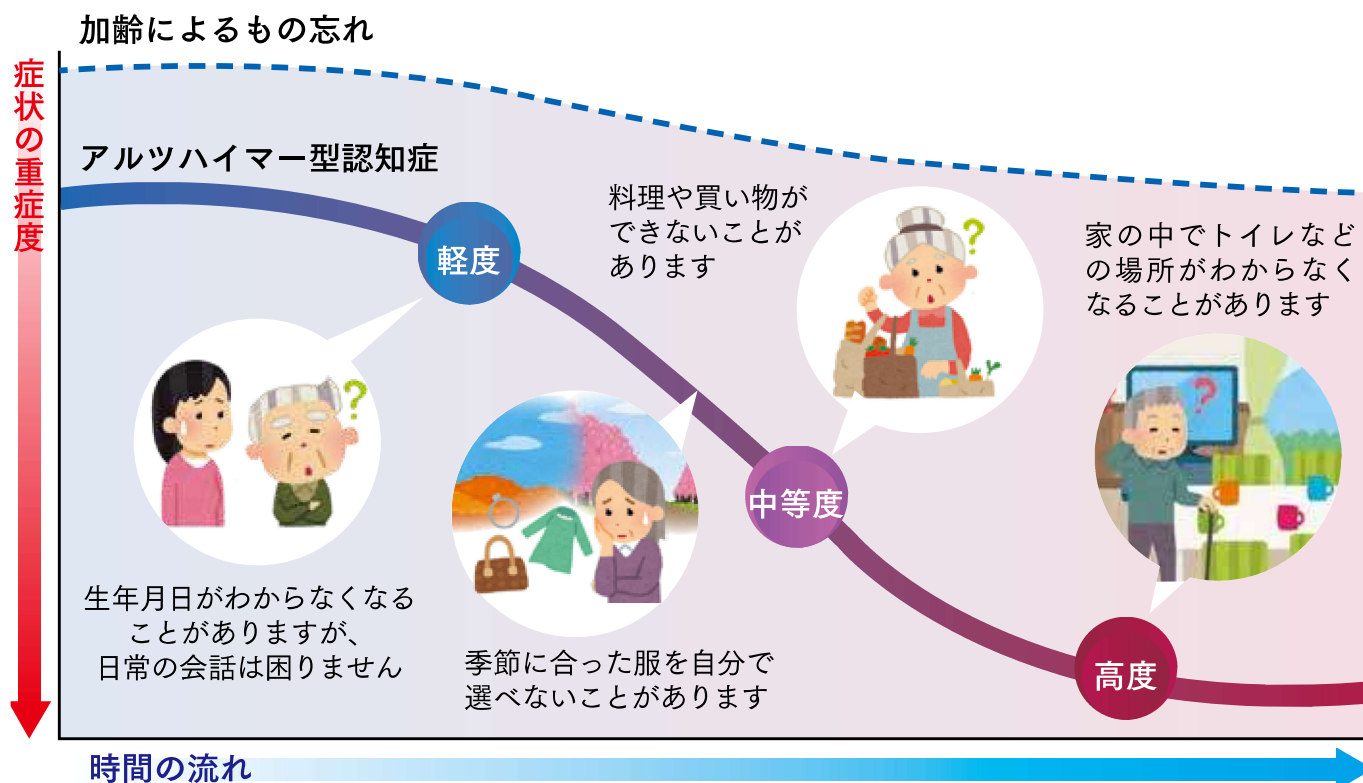
A

以前と何かが違う、という感覚が大切です。同じ話を繰り返す、しまい忘れる、同じものを買ってくる、火の消し忘れなどの記憶、リモコンや洗濯機等の日用品の使用手順がわからなくなるなど、家事や仕事の段取りが苦手になります。道順や他人の顔がわからなくなったり、我慢して待つということが苦手になることもあります。気になる場合には、早めにかかりつけ医または相談窓口連絡先一覧（裏表紙）へご相談ください。

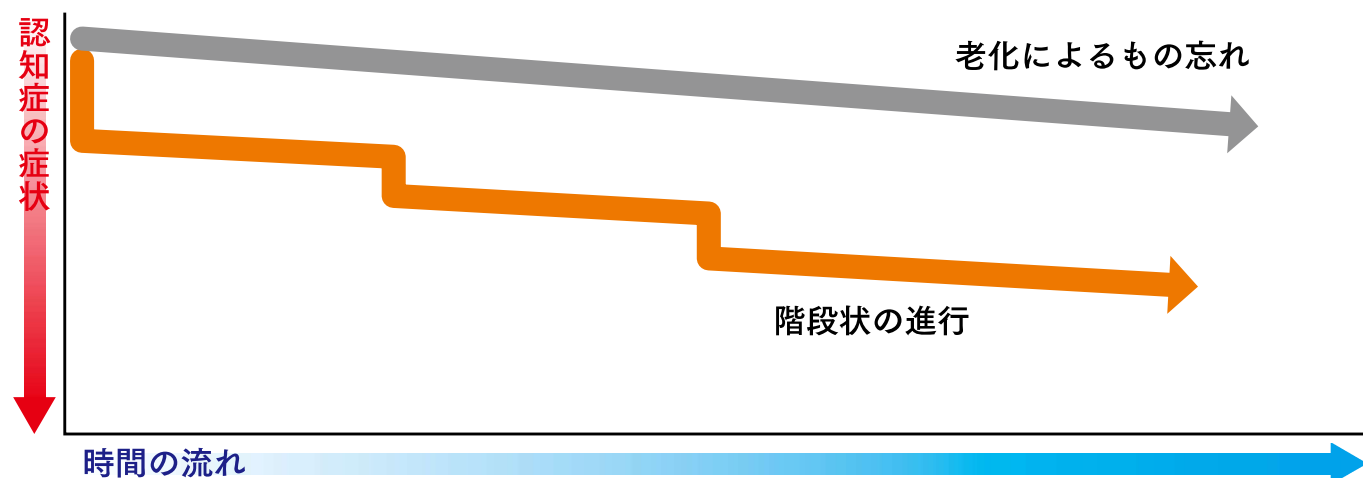
認知症の経過

認知症は、すぐにすべてのことができなくなるわけではなく、種類によっても症状の変化が異なります。

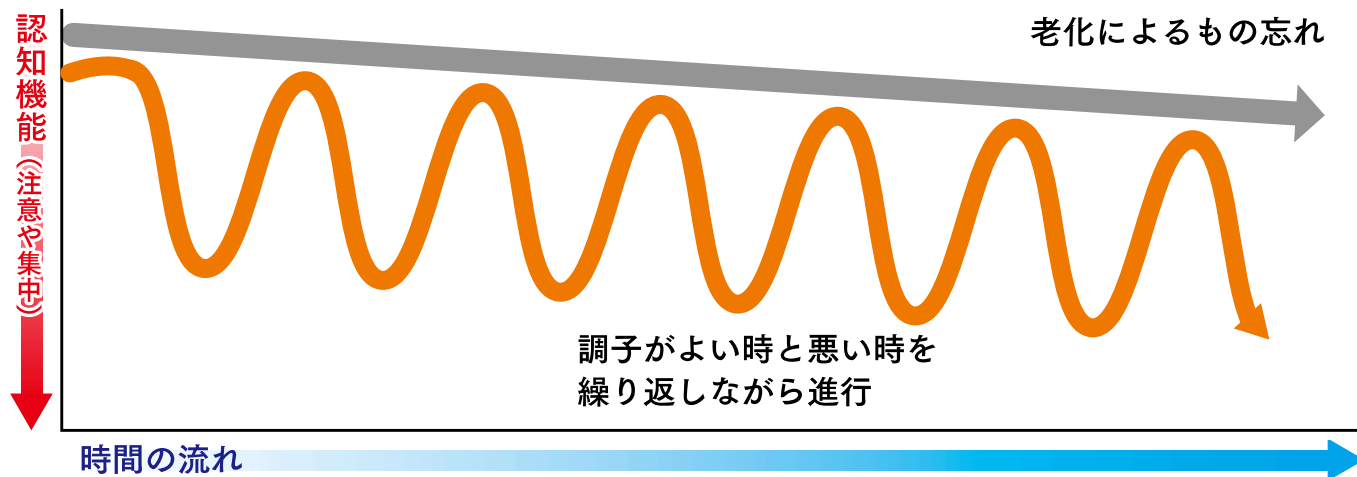
アルツハイマー型認知症 ➡ 症状が徐々に進んでいくのが特徴です。



血管性認知症 ➡ 脳出血や脳梗塞の後、急激に発症し、その後も脳出血や脳梗塞に伴い症状が階段状に進行していきます。



レビー小体型認知症 → 時間帯やその日によって認知機能に変動があります。
しかし、次第に認知機能は低下します。



【認知症の方の家族の心の変化】



<認知症の方の家族の心の変化>

家族の誰かが認知症になったとき、誰しもショックを受け、混乱に陥ります。受容できるようになるまで、ステップ1からステップ3を行きつ戻りつを繰り返します。

介護者の余裕は、認知症の人本人や家族に対する周囲からの理解や支援と介護サービスの利用等によって得られます。

「誰にでも話せる内容じゃない」「どこに話せばいいかわからない」といった気持ちは、ぜひ地域包括支援センター（裏表紙）にお話してください。今後のことについて共に考え、必要な支援やサービス等の説明・提案をすることができます。ご活用ください。

認知症の治療

認知症の治療には、様々な治療方法があります。

本人の状態に応じて、主治医や担当のケアマネジャー等と相談しながら、すすめていきましょう。

薬物療法

薬による治療で、記憶などの認知機能の障がい改善したり、悪化を緩やかにします。

不安や暴力などの行動・心理症状（BPSD）にも薬が処方されることがあります。※ P10 参照



非薬物療法

音楽療法や運動療法、レクリエーション療法などさまざまな治療があります。家事や趣味などできることを続けることで、リハビリになります。

家庭で役割があると、気持ちが安定したり、生きがいにもなります。

介護サービスなどの利用

認知症対応型通所介護やヘルパーの利用など、介護保険を使ったサービスを利用することができます。

※介護保険サービスについては、**23ページ**をご覧ください。

家族介護者への支援

家族の会等に参加し、自分の気持ちを話したり、経験者の話を聞くことで、家族も不安を取り除くことができます。

※各地域の家族の会の開催状況については、各地域包括支援センター（裏表紙）へ確認ください。

家族の会へ きてみませんか？

毎日の介護に疲れているご家族が、日頃感じていることを仲間と自由に話をし、一人で悩まず、ほっと一息ついていただきたい。仲間同士で支え合い、励まし合って、日々の元気のもとや、学びの場になるように、各地域で開催されています。



問い合わせ先

- 公益財団法人 認知症の人と家族の会 福島地区会
代表（原） ☎ **024-558-0575**
- 相談窓口連絡先一覧（裏表紙）
各地域包括支援センターをご覧ください



参加者の声 （一例）

- 母は、平成 28 年に認知症になりました。はじめは何事もなく生活しておりましたが、月日が経つにつれて認知症がひどくなり、何も無いのに怒ったり、怒鳴ったり、徘徊したり、家族を苦しめました。介護している中で、どう対応したらいいか？悩んでいた時、「家族の会」を知り、参加を申し込みました。実際参加すると、貴重な話や体験を聞くことができ、苦しんでいるのは自分だけではないんだと思いました。（60 歳代 男性）
- 認知症とわかっていても、何度も同じことを言われると、イライラして、つい当たってしまったけど、そんなときはどう対処したらいいか？みんなはどのように対応しているのか？聞くことができ、すっきりしました。話をするだけでもすっきりします。ぜひ一度、お越しください。（60 歳代 女性）



Q

若年性認知症とは？

A

65 歳未満で発症した認知症のことです。



Q

初期症状は？

A

仕事もうまくこなせなくなったり、性格の変化、言葉が出にくいなど認知症特有のものではない場合があります。

Q

どこに相談したらいいの？

A

かかりつけ医や最寄りの医療機関、
● 認知症初期集中支援チーム（2 ページ）
● 若年性認知症コールセンター（3 ページ）
● 地域包括支援センター（裏表紙）
へご相談ください。

Q

高齢者の認知症とどう違うの？

A

- 発症年齢が平均 51 歳位で男性が少し多くなっています。
- 今までと違う変化に気づくが、うつ状態や更年期障がいなど他の病気を疑い、診断が遅れることがあります。
- 働き盛りで一家の生計を支えている人が多く、経済的に困窮する可能性があります。

