

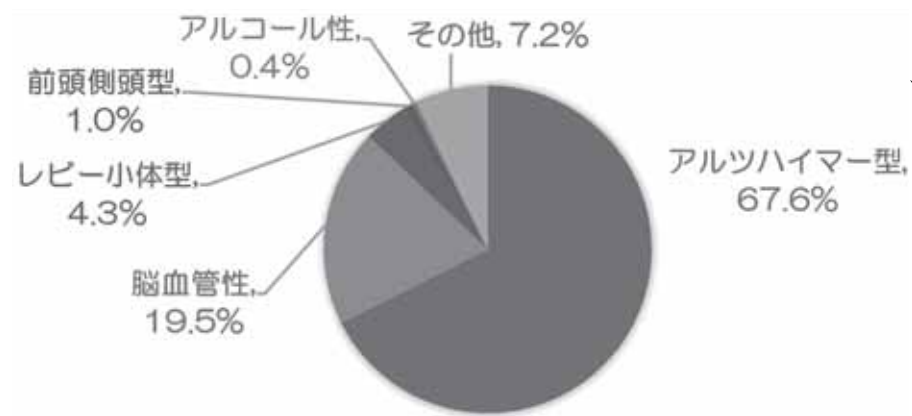
◆9月21日は『世界アルツハイマーデー』です

1994年9月21日、スコットランドのエジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催されました。会議の初日であるこの日を『世界アルツハイマーデー』と宣言し、この日を中心に認知症の啓もうを実施しています。また、9月を『世界アルツハイマー月間』と定め、様々な取り組みを行っています。

◆認知症はアルツハイマーだけじゃない

認知症とは、「記憶」「学習」「判断」「計画」といった脳の知的機能（認知機能）が、さまざまな原因により持続的に低下し、日常生活・社会生活に支障をきたした状態のことを言います。

| 症状     | 具体的な症例                          |
|--------|---------------------------------|
| 記憶障害   | 新しいことを覚えられない、覚えたことを必要なときに引き出せない |
| 判断力の低下 | 状況に合った適切な行動を選べない                |
| 理解力の低下 | 見たり、聞いたりしたことを認識できない             |
| 見当識障害  | 時間、場所、人がわからない                   |
| 実行機能障害 | 慣れているはずのことが段取りよくできない            |



「認知症＝アルツハイマー」と思っている人は多いのではないのでしょうか。認知症の大部分を占めるのはアルツハイマー型認知症ですが、他にもさまざまなタイプがあります。

脳血管性認知症

脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などが原因で発症。脳卒中発作に伴い急激に発症したり、新しい梗塞が加わるたびに段階的に悪化していきま。脳の障害部位に対応した機能のみが低下するため症状にムラがあるまだら認知症が特徴的です。



アルツハイマー型認知症

脳にアミロイドβ（ベータ）蛋白という特殊な蛋白が蓄積することにより脳が委縮して発症。記憶障害、理解力／判断力の低下、時間や場所が認識できない等の症状が起ります。初期には体はよく動きますが、いずれ大脳の機能が低下して寝たきりになります。

**レビー小体型認知症**  
特徴的な症状は、「虫や蛇などが部屋にいる」「遠くにいるはずの子どもが帰ってきている」「など、かなりはつきりとした幻視を訴えます。また、睡眠障害による不眠・昼夜逆転や、パーキンソン症状（筋肉が固くなるなどの症状）により転倒しやすくなります。

**前頭側頭型認知症**  
脳の前頭葉と側頭葉に限局した委縮性病変を認める症候群。人格が変化して思いのまま行動したり、攻撃的になったりします。落ち着かなくなり、同じ行為を繰り返す場合がある一方で、非活動的になり、物事に対して無関心になることもあります。

**アルコール性認知症**  
アルコールの多量摂取が原因と考えられる認知症。アルコールを多量に飲むことにより脳萎縮が起こったり、脳梗塞などの脳血管障害が起こり

発症します。

アルコール依存症の高齢者は依存症者全体の20%を占め、そのうち、治療中の患者（60歳以上）の40%の人に認知症状がみられるというデータがあります。

その他

認知症の症状を示す疾患で正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症などがあります。これらは「治療可能な認知症」と呼ばれ、原疾患の治療により認知機能回復の可能性ががあります。

認知症予防のためには「何をしたら良いか」ではなく、「脳と体に、どう刺激ある日常を送るか」が大切です。「これをやったから認知症にならない」、あるいは「やらなかったから認知症になってしまった」という短絡的なものはありません。また認知症は糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病が基礎疾患として大きな影響を及ぼ

◆認知症のこと、一人で悩んでいませんか  
現在、下川町内では、認知症をテーマとした『キャラバン・ロボの会』という集まりがあります。「認知症になったらどうしよう？」「家族の介護で疲れている、誰か話を聞いてほしい」「近所に心配な人がいるので相談したい」などの認知症に関する悩みがありましたら、お気軽にロボの会のメンバーにお声掛けください。



困りごとや不安なことは、お気軽にご相談ください。  
電話や訪問でも相談をお受けしています。

総合福祉センターハピネス内「地域包括支援センター」 ☎5-1165