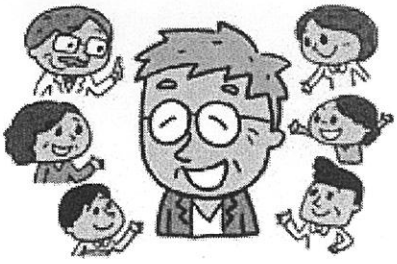


特集 認知症（前編）

七戸町の認知症高齢者数　約1,200人

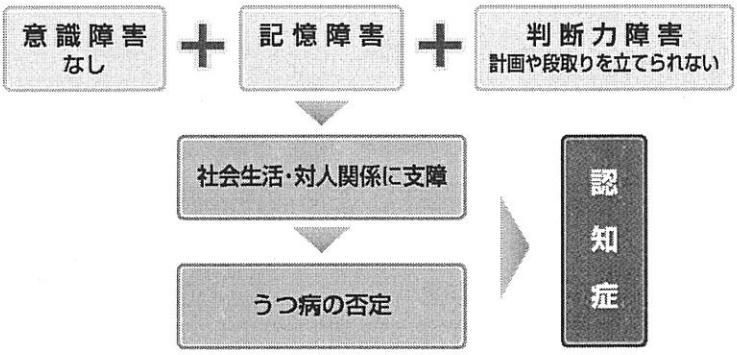
（七戸町地域包括支援センターによる推計）

「もしも、親や身近な人、自分自身が認知症になってしまったらどうしよう…」そんな不安を抱いたことはありませんか。「そもそも認知症とは？」「症状が出たらどうすればいいの？」「家族や周囲は、本人とどう接したらいいの？」「困ったときの相談先は？」などといった認知症に関する率直な疑問に、本号と来月号の２回にわたってお答えします。

認知症を正しく理解することで、自分や家族、誰かの支えになれることがあるかもしれません。この機会に認知症について学んでみましょう。

1 「認知症」ってどんな病気？ ～記憶や判断力の障害により、生活に支障をきたす状態～

認知症とは、さまざまなことが原因で、脳の細胞が少なくなったり働きが悪くなったりして、記憶・判断力の障害などが起こり、日常生活や人間関係に支障が出ている状態（およそ６か月以上継続）をいいます。



日本では、高齢化とともに認知症の人数も増加しており、**平成24年度時点で65歳以上の約７人に１人が認知症**とされています。認知症の前段階と考えられている人も加えると約４人に１人の割合となりますが、その人たち全員が認知症になるわけではありません。また、年齢をかさねるほど発症する可能性が高まり、今後も認知症の人は増え続けると予想されています。

【出典】朝田隆（平成25年）『都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応』

年をかさねれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり新しいことを覚えることが難しくなったりしますが、「認知症」は、このような「加齢によるもの忘れ」とは違います。例えば、体験したこと自体を忘れてしまったり、もの忘れの自覚がなかったりする場合は、認知症の可能性があります。

「加齢によるもの忘れ」と「認知症（によるもの忘れ）」の違い

	加齢によるもの忘れ	認知症（によるもの忘れ）
体験したこと	一部を忘れる 例）朝ごはんのメニュー	すべてを忘れている 例）朝ごはんを食べたこと自体
もの忘れの自覚	忘れっぽいことを自覚している	忘れたことの自覚がない
探し物に対して	自分で努力して見つけようとする	誰かが盗ったなどと、他人のせいにすることがある
日常生活への支障	ない 例）何かを買い忘れる	ある 例）なぜスーパーにいるのかわからない
症状の進行	進行しにくい	進行しやすい

2 どんな症状が出るの？ ～周囲の状況を正しく認識できなくなります～

認知症には、**「中核症状」**と**「行動・心理症状」**の２つの症状があります。

中核症状

脳の神経細胞が少なくなることによって次のような症状が現れ、周囲で起こっている状況を正しく認識できなくなります。

①記憶障害

新しいことを記憶できず、ついさっき聞いたことさえ思い出せなくなります。病気が進行すれば、以前覚えていたはずの記憶も失われていきます。

②見当識障害（けんとうしき）

時間や季節の感覚が薄れ、道に迷ったり遠くに歩いて行こうとしたりします。病気が進行すると、自分の年齢や家族などに関する記憶が失われていきます。

③理解・判断力の障害

考えるスピードが遅くなり、２つ以上のことがかさなるとうまく処理できなくなります。

④実行機能障害

自分で計画を立てて行動できない・予想外の変化にも柔軟に対応できないなど、物事をスムーズに進められなくなります。

例：●買い物で同じものばかりを購入する
●料理を並行して進められない

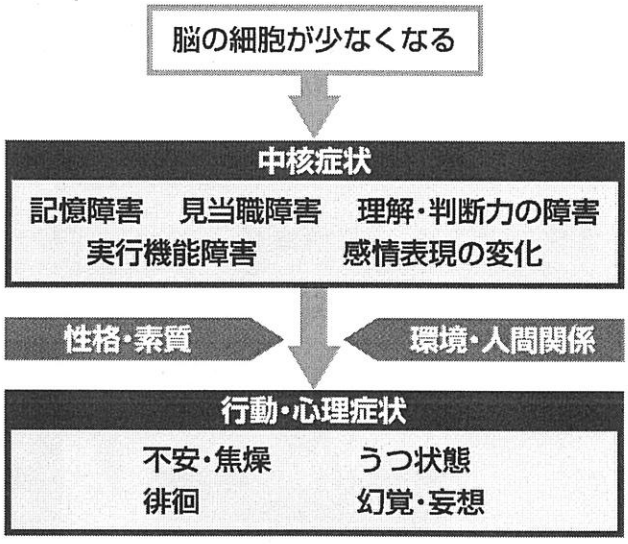
⑤感情表現の変化

その場の状況がうまく認識できず、周りの人が予測しない、思いがけない感情の反応を示すようになります。

行動・心理症状

本人のもともとの性格や環境、人間関係など、さまざまな要因が絡みあって次のような症状が現れます。

例：●能力の低下を自覚して元気がなくなり、引っ込み思案になる
●今までできていたことが上手くできなくなって自信を失い、すべてが面倒になる
●自分がしまい忘れたにもかかわらず、他人に物を盗まれたとうったえるようになる
●「誰かが家の財産を狙っている」といった過剰な言動が目立つようになる
●行動がちぐはぐになって徘徊する



3 認知症にはどんな種類があるの？

認知症にはさまざまな種類がありますが、代表的なものは次の４つです。

○アルツハイマー型認知症

記憶障害（もの忘れ）から始まる場合が多く、段取りが立てられない、気候に合った服が選べないなどの症状が見られます。

○前頭側頭型認知症

会話中に突然立ち去る、同じ行為を繰り返すなど、性格変化と社交性の欠如が現れやすくなります。

○レビー小体型認知症

記憶障害（もの忘れ）はあまり見られませんが、幻視や筋肉のこわばり（パーキンソン症状）などが現れます。

○脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などによって、一部の神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、神経のネットワークが壊れたりすることが原因で起こります。記憶障害や言語障害などが現れやすく、アルツハイマー型と比べて早いうちから歩行障害も現れやすくなります。

問合せ先　健康福祉課　☎68－3500