

## 認知症は脳の病気

「認知症」とは、さまざまな原因で脳の細胞が壊れる、または動きが悪くなることによって、記憶・判断力などが低下し日常生活に支障がでている状態（およそ6か月以上継続）をいいます。

## 認知症になるとどうなるの！？

### 中核症状



#### 記憶障害

探し物が増える、同じものを買ってくる、出来事を丸ごと忘れてしまうなど



#### 見当識障害

時間の感覚が分からなくなる、夏なのにセーターを着てしまうなど



#### 実行機能障害

食事の献立を立てられない、料理の手順が分からないなど



#### 理解・判断力の障害

2つ以上のことを同時に行ったり、些細な変化への対応が困難になる

### 行動・ 心理症状

- ①行動心理症状：徘徊・暴言・暴力・抵抗・活動量の低下・不潔行為など
- ②心理症状：不安・焦燥感・うつ状態・睡眠障害・興奮・依存・妄想など

**MCI（軽度認知障害）**とは…軽微な認知機能の低下は認められるが、日常生活では自立した状態です。MCIの段階で認知機能の低下にいち早く気づき、予防対策を行い症状の進行を阻止することはとても大切です。

## 認知症の種類ってどんなものがあるの？

認知症にはいろいろな種類がありますが、代表的なものは「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症」です。

### アルツハイマー型認知症

脳の神経細胞が徐々に壊れていく病気で、「アミロイド」と「タウ」という異常なたんぱく質が脳の中に溜まるためだと考えられています。認知症の原因では最も多いといわれています。

- ・比較的ゆっくりと症状が進行する
- ・記憶の障害が目立つ
- ・物を置き忘れたり、同じことを何度も言ったりする
- ・不安やうつ、妄想などが出てくることもある

### 脳血管性認知症

脳の血管が詰まったり破れたりする「脳血管疾患（脳梗塞・脳出血など）」により、栄養が届かなくなった部分の神経細胞が死んでしまう病気です。高血圧、糖尿病、脂質異常症などをしっかり治療することで、予防や進行の抑制が可能です。

- ・感情の起伏が激しく、抑うつ気分が見られる
- ・意欲や注意力が低下する
- ・複雑な作業が難しくなる
- ・脳の障害の場所により、手足の麻痺や失語症がある
- ・感情のコントロールがうまくいかない

### 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のかたまりが脳の中に現れることにより起こる病気と考えられています。

- ・動作や歩行がぎこちない
- ・幻視を伴う
- ・日や時間により症状の変動が大きい
- ・パーキンソン症状

### 前頭側頭型認知症

脳の中で理性をつかさどる「前頭葉」と聴覚や言葉の理解を担当する「側頭葉」という部分が縮んでいく病気で、原因はよくわかっていません。比較的若い時期にかかる人が多いといわれています。

- ・いろいろなことをがまんでできない
- ・ルールを守れない
- ・衝動的な行動をする
- ・同じ行動を繰り返す
- ・周囲に配慮を欠いた行いをする