



『Petit 茶論』 : Session1 医学

認知症を知る

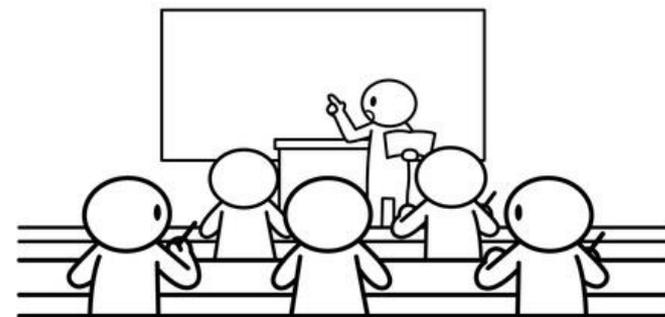


国立研究開発法人

国立長寿医療研究センターもの忘れセンター

本日本話すること

1. 認知症とは何か
2. 認知症の治療について
3. 認知症の進行予防について



1. 認知症とは何か

認知症とは何か①

認知症とは、

- いろいろな原因により
- 脳の細胞が障害されて
- 認知機能が障害された状態が続き
- 生活に支障が出ている

状態とされています



もの忘れと認知症の違い

	認知機能の障害	生活の支障
年齢相応のもの忘れ	なし	なし
軽度認知障害	あり	なし
認知症	あり	あり

認知機能の障害とはつまり...

- 何度も同じこと言ったり、聞いたり (記憶障害)
- 物が無くなって探し回る (記憶障害)
- 日付や場所が分からなくなる (見当識障害)
- 仕事や家事がうまくできない (実行機能障害)
- 知っているはずの場所で迷子 (視空間認知障害)
- 人や物の名前が出てこない (言語障害)



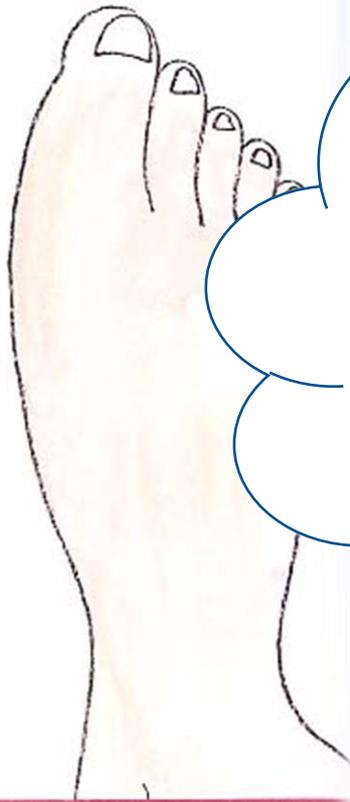
と、というようなことです

認知症の人が感じていること

Christine Boden
松垣陽子 ◆

アルツハイマー病患者から見た世界

私は誰になつていくの?!



- 自分はどうなってしまうんだろう？
- 疲れやすい
- 同時に物事を進められない
- まわりが騒がしい！
- 周囲の人から圧迫された感じ...



「闘いのような毎日の連続」

「ジェットコースターのような旅」

「ブラックホールのように思い出せない人生」

痴呆という絶望の淵から、
再び希望に向かう勇気の物語

世界でも数少ない痴呆症の人が書いた本——新鮮な驚きと貴重な発見！
痴呆の人から見た世界が手に取るように分かり、望ましい支援とは何か、
本人の立場からしか書けない貴重なヒント。

クリエイツ
かがね



定価 本体2000円 + 税

認知症とは何か②

認知症とは、

- いろいろな原因により
- 脳の細胞が障害されて
- 認知機能が障害された状態が続き
- 生活に支障が出ている

状態とされています



IADL(手段的日常生活動作)の評価

認知症では、このようなことから難しくなりがち

電話



買い物



金銭管理



輸送機関の利用



服薬管理



食事の
準備



家事



洗濯

IADL=複雑で高度な日常生活動作

ADL(日常生活動作)の評価

ADL= Activities of Daily Living
(日常生活を送るために最低限必要な日常的な動作)

乗る

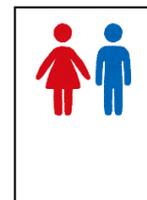
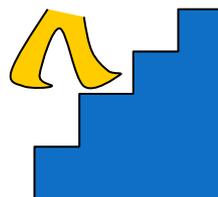
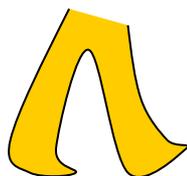
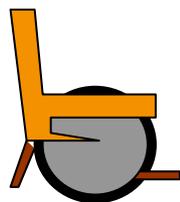
歩く

階段

トイレ

お風呂

移動



食べる

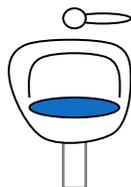
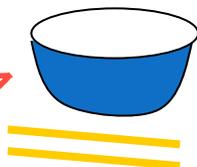
排尿

排便

着る

身だしなみ

セルフケア



認知症とは何か③

認知症とは、

- いろいろな原因により
- 脳の細胞が障害されて
- 認知機能が障害された状態が続き
- 生活に支障が出ている

状態とされています



認知症をきたす疾患の種類

変性性認知症

神経細胞が徐々に壊れていき、
脳が萎縮する

- ・アルツハイマー型認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症
- ・皮質基底核変性症
- ・進行性核上性麻痺

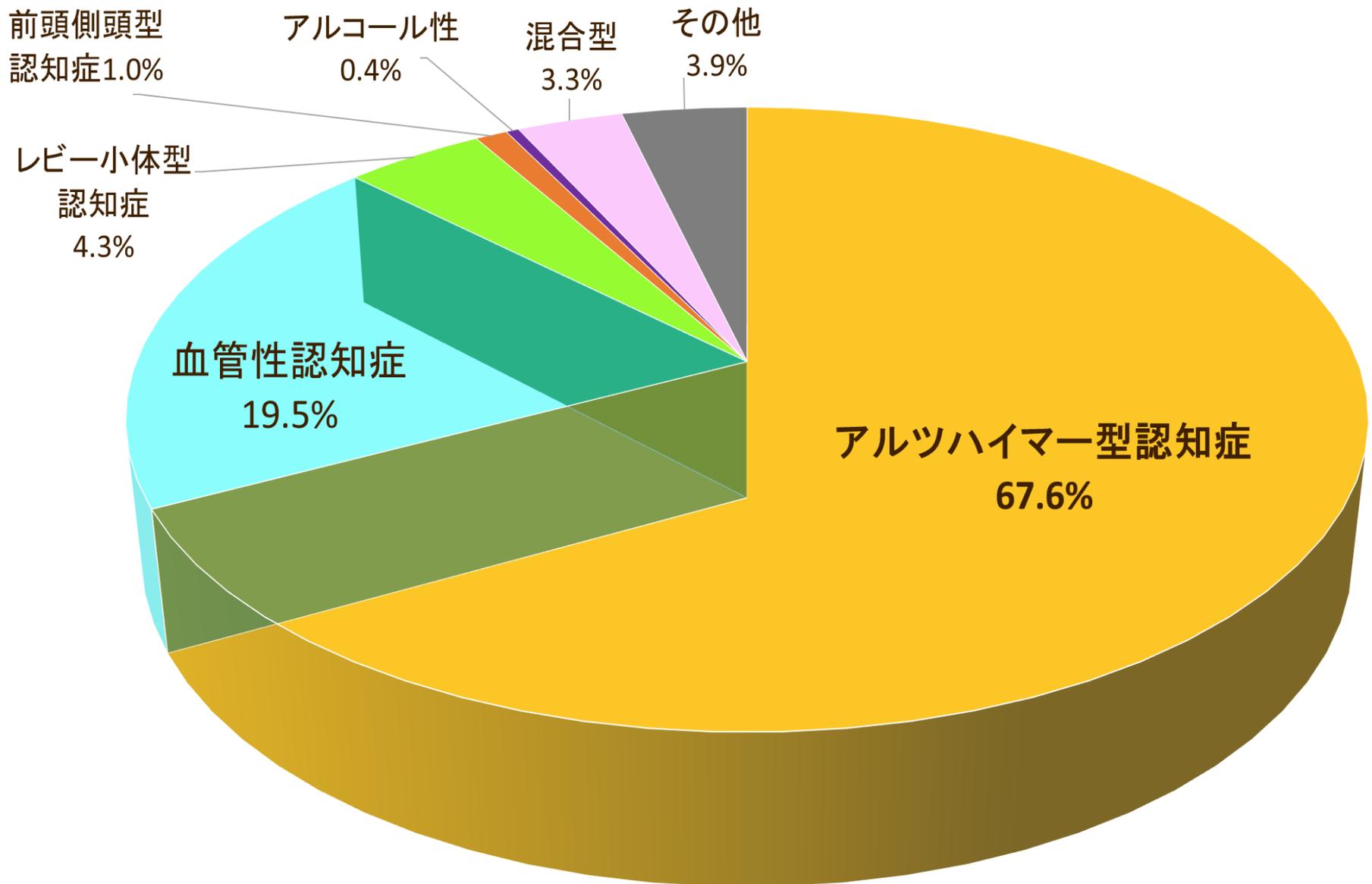
血管性認知症

脳梗塞や脳出血により、
神経細胞が壊される

その他の認知症

- ・感染症
 - 脳炎後遺症
 - プリオン病
 - 梅毒
- ・正常圧水頭症
- ・ビタミンB1欠乏症
- ・甲状腺機能低下症
- ・慢性硬膜下血腫
- ・脳腫瘍

割合はこんな感じですよ

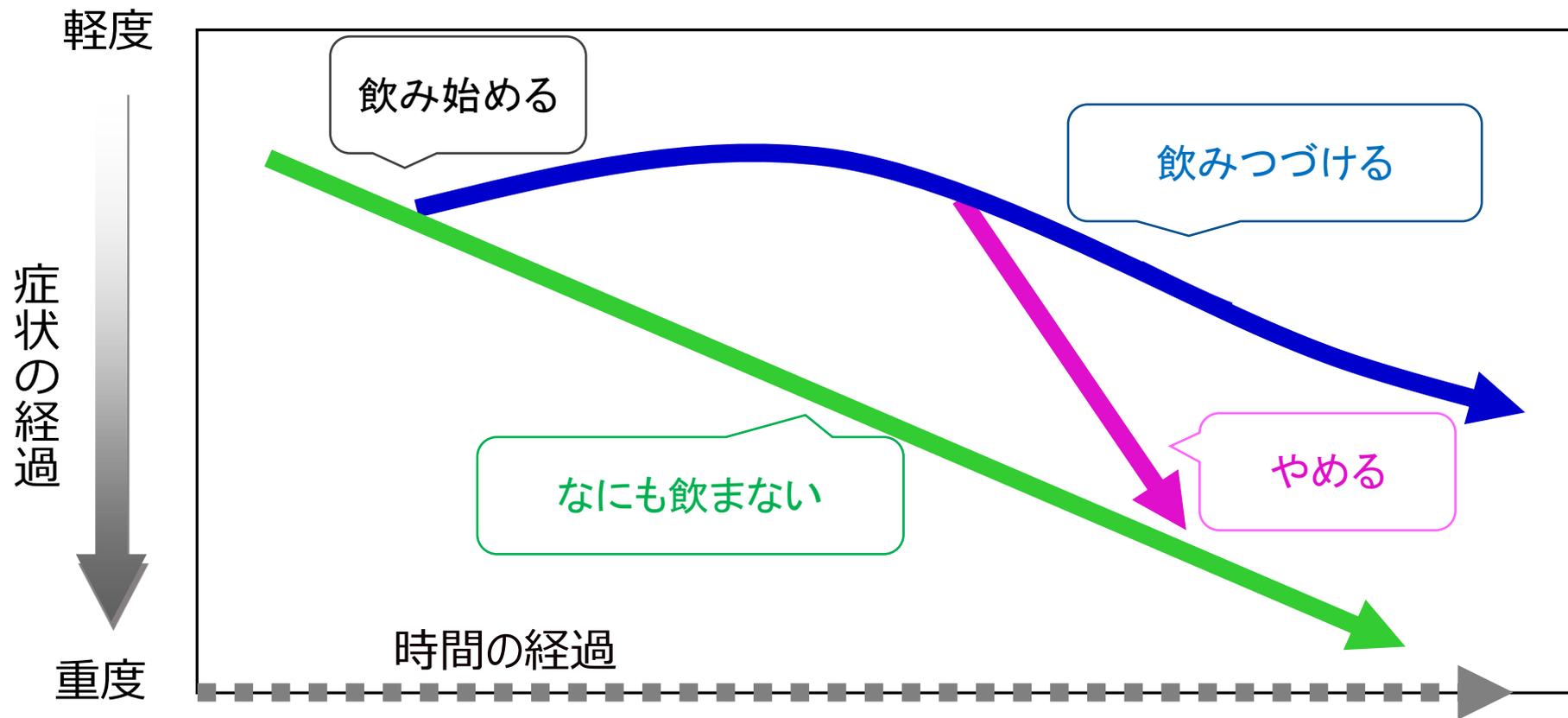


2. 認知症の治療について

認知症の薬物療法

お薬の名前		アリセプト (ドネペジル塩酸塩)	レミニール	リバスタッチ イクセロン	メマリー
内用薬 (飲み薬)	錠剤			—	
	OD錠			—	
	粉薬		—	—	
	液剤	—		—	—
	ゼリー		—	—	—
外用薬	貼り薬	—	—		—
効果		認知症症状の進行を遅らせる。			
ありうる 症状		吐き気、下痢、興奮			めまい、眠気

薬物療法の効果



薬以外の治療法もあります

これらは、(まだ根拠が十分とは言えないのですが)
行った方がよいとされています

- ・現実見当識訓練 (Reality orientation)
- ・認知刺激(療法)
- ・認知機能訓練(認知トレーニング)
- ・認知リハビリテーション
- ・回想法
- ・運動療法
- ・音楽療法
- ・光療法



出典

日本神経学会監修「認知症疾患診療ガイドライン」作成委員会編集. 認知症疾患診療ガイドライン2017, Alzheimer型認知症の非薬物療法の効果は. 230-232, 医学書院, 2017

行動・心理症状と対応

行動・心理症状 (BPSD: Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia)

【主な出現状態】 感情が不安定になる、やる気が出ない、気分が落ち込む など

【原因】 身体的要因: 脳血管障害、感染症、脱水、便秘

薬剤の副作用(新しく服薬を開始した、急に服薬を中止した)

精神的要因: 状況に合わない対応を受けた(怒られた、やめさせられた等)

見知らぬ人や場所に対する不安

環境的要因: 騒音、明るすぎる場所 など

【対応】 原因になっている要因の確認と調整(医師等への相談、介護サービスの利用)



改善が見られない場合: 専門医による薬物療法もありうる

3. 認知症の進行予防について

中等度までなら進行予防に役立つ活動いろいろ

◆みんなで認知刺激療法

認知機能を改善します。



◆一人ずつ認知リハビリテーション

生活機能を改善する可能性があります。



◆身体運動

生活機能を少し改善しますが、認知機能に関しては不明。

出典: Lancet 2017;390:2673-734



本日、petit茶論に参加されているみなさんの「今」の活動は、これです。

【もう少し学びたい方へ】

参考資料



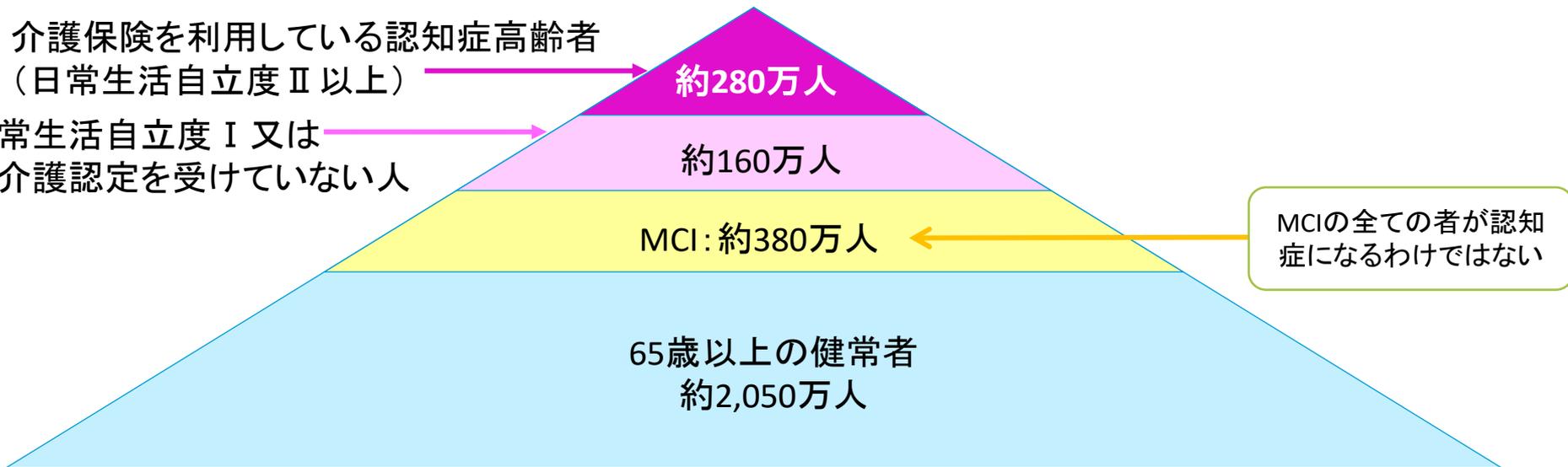
認知症の有病率調査

平成22年における認知症有病者数439万人(65歳以上の15%)

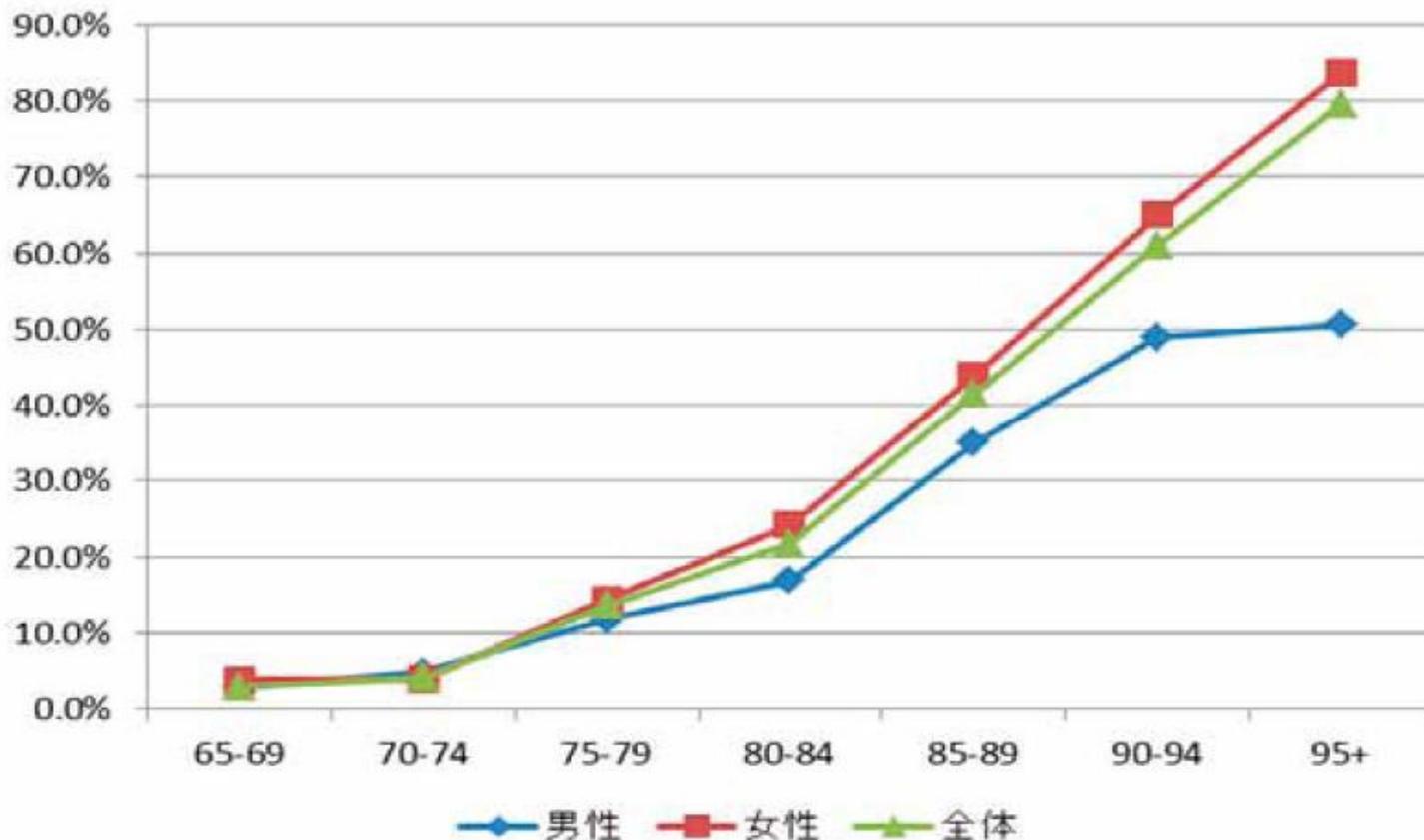
軽度認知障害(MCI)有病者数380万人(65歳以上の13%)

認知症対策総合研究事業「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」(筑波大学 朝田 隆)

認知症高齢者の現状(平成22年)



年齢階級別の推定認知症有病率



認知症対策総合研究事業 「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」(筑波大学 朝田 隆)