

ありまつ



2016.06
No.23

認知症と、もの忘れの見分け方とは？

デイケアセンター
作業療法士 住田 早智



人は年を重ねると忘れっぽくなります。

しかしそれがすべて認知症から来ているとは言えません。物の置き場所や人の名前を忘れても、あとから思い出すことができるのは「認知症」とは言いません。認知症の物忘れは、このように後から思い出すことができない状態をいいます。そのため身近にいる家族が、「認知症かもしれない」と思い始める要因として、この「思い出さない物忘れ」が多くみられ、日常生活に支障が出てくるからです。

たとえば、「ご飯を食べていない」と繰り返し言われるのは、食べたことを忘れているからです。「お風呂に入らない。昨日入ったから」と言われるのも、昨日お風呂に入っていないことを覚えていないからです。

このように、今まで日常当たり前のように過ごしていた生活習慣が、本人の記憶の中からすっぽりと抜け落ちてしまうことが認知症による「物忘れ」の大きな特徴です。

ではこのような時、周りの人たちはどのような対応をすればいいのでしょうか。

あからさまに「さっきご飯食べたでしょ」「昨日はお風呂に入っていません」と否定することは、かえってその思いを固執させ、興奮させてしまいます。たとえ現実と違っていても、いったんその思いを受け止めることが大切です。「ご飯を食べていない」と言われたら「お腹が空いたんですね。今準備するから、もう少し待っていてください」とお願いしたり、お風呂に入らない時は「今日の入浴剤はいい香りがするから入ってみませんか」と促してみてください。

このように、認知症の方に言ってはいけない言葉は「否定と命令」です。周りの人から見て間違っていたり奇異に思うこと、または明らかな妄想であっても、否定はせずにいったんその思いを受け入れ「なぜ、こんなことを言うのだろう」と理解することは、認知症の方と接する時の心構えとして大切です。

認知症の方に
言ってはいけない
キーワード
「否定」と「命令」

また、物忘れのほかに家族が「認知症」を疑う要因になるのは、「人格の変化」です。今までとてもおしゃれな方が、最近同じ服ばかり着て身なりに無頓着になったり、社交的な方が、家に閉じこもりがちになったりして、家族が「人が変わった」と思うことがあります。はじめは「うつ病」と思われがちですが、認知症の初期症状によくみられます。これは、うつ病のように「何もする気がない」というよりも「何をしたいかわからなくなった」ためによる意欲の低下や自信喪失から来た症状です。

このような時は、家族が声かけして散歩やお買い物に誘ってあげることで、少しずつその不安を和らげることができます。

以上のことから分かるように、認知症とは「いままで当たり前を送ってきた日常生活に支障が出てきた状態」をさします。

そしてその状況を、家族や周りの人たちは否定するのではなく、共感し受け止めてあげることが、認知症の方を理解するコミュニケーションの第1歩となります。

共感し
受け止める
ことが大切



②MMSE検査とは

検査部 主任 荒井 尚子

「MMSE」とは、Mini-Mental State Examination の略で、アメリカのフォルスタイン夫妻が1975年に考案した世界で最も有名な知能検査だと言われています。

この MMSE は国際的に認知症のスクリーニング検査として用いられており、認知機能の異常を大まかに評価することができます。検査時間は約 10～20 分と短時間で評価することが可能です。

MMSE の検査内容は検査用紙を用い 1 対 1 の質疑応答形式で行われ、「言語性課題」である

- (1) 時間に関する見当識
- (2) 場所に関する見当識
- (3) 3つの言葉の記銘
- (4) 計算問題
- (5) 3つの言葉の遅延再生
- (6) 物品呼称
- (7) 文章復唱と、「動作性課題」である
- (8) 口頭による3段階の命令
- (9) 書字理解・指示
- (10) 自発文章書字
- (11) 図形描写



の計 11 項目の設問より構成されています。

判定は設問 11 項目から構成される質問に対する点数 30 点満点で行われます。得点が低いほど認知機能障害が存在する可能性が高く、正常、軽度認知障害、認知症疑い、認知症の順に 4 段階に判定されます。

このような検査は被検者の体調や心理状態、検査に対する理解が大きく影響します。また、検査の時には難聴や視力障害のある方はあらかじめ申し出てください、持っているのであれば難聴のある方は補聴器を、視力障害のある方にはメガネなどを用意していただくことも大切です。検査者は安心して検査を受けていただくように大きな声でゆっくりと 1 問ずつ丁寧に検査を行います。

認知症の早期発見、早期治療を行うためにも、もの忘れや認知症について不安がある方は体調の良いときに一度この①MRI検査と②MMSE検査を受けて見られてはいかがでしょうか。

認知症の診断について

認知症の診断には、①MRI 検査と②MMSE 検査が行われます。
早期発見・早期治療で、進行を遅らせる事が大事です。

①MRI検査とは

放射線科

小菅 一男

「いつまでも健康な脳でありたい」と思っている人も、人間は誰しも年齢を重ねるごとに脳は老化していきます。

脳の MRI 検査は老化による脳細胞の変化の有無と程度、脳の血の流れの良し悪しを調べます。

当院の 3 テスラ MR 装置は、通常の 1.5 テスラ MR 装置と比べてはるかに精度が高いため、ある程度進行してからではなく、初期の段階のわずかな変化をとらえることが可能で、脳の老化現象の早期発見に大きく寄与します。

■脳の血流の変化

同じ年代の人との比較で左が正常な脳の断面、右が認知症患者様の脳の断面です。

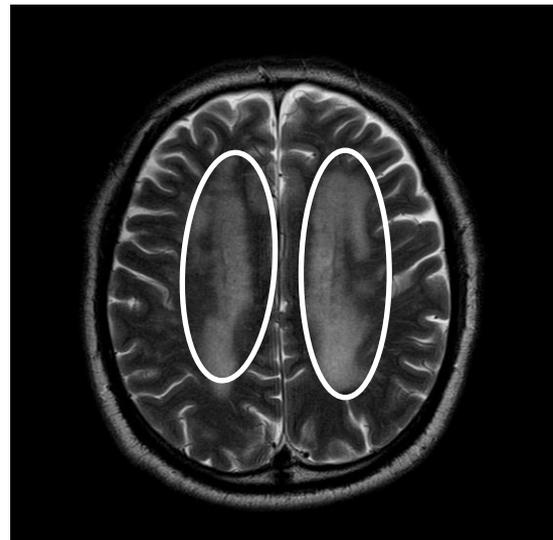
右の写真では ○ で囲まれたところに、左と比べて白く見える部分が出ています。

これは脳の血流が悪くなった結果、細い血管が詰まって脳梗塞が出来ている状態を示しています。

正 常



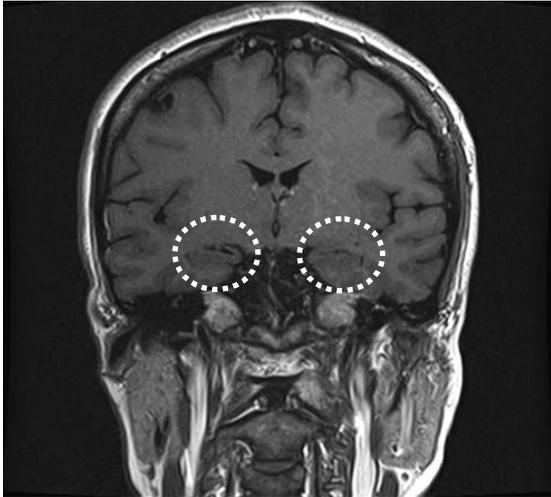
認知症



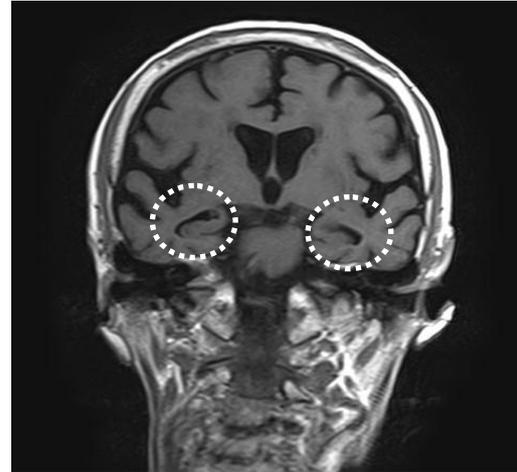
■脳の形の変化

同様に左が正常な脳の断面、右がアルツハイマー型認知症患者様の脳の断面です。点線の○で囲んだところが記憶に関係する海馬と呼ばれる部分で、左の写真と比べると右では脳細胞が減り、ハの字型に黒く見える隙間が拡大しています。これはアルツハイマー型認知症に見られる特徴的な変化です。下段の写真の○で示した部分も黒く見える隙間が出来ています。この変化の事を「脳萎縮」と言います。ただし認知症にはアルツハイマー型認知症とは全く別の、脳萎縮を伴わない認知症もあります。

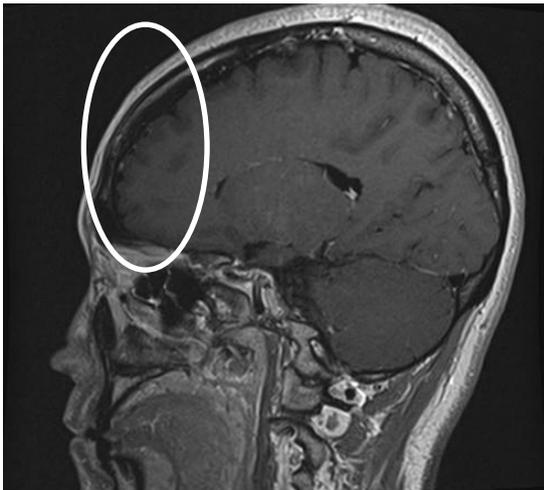
正 常



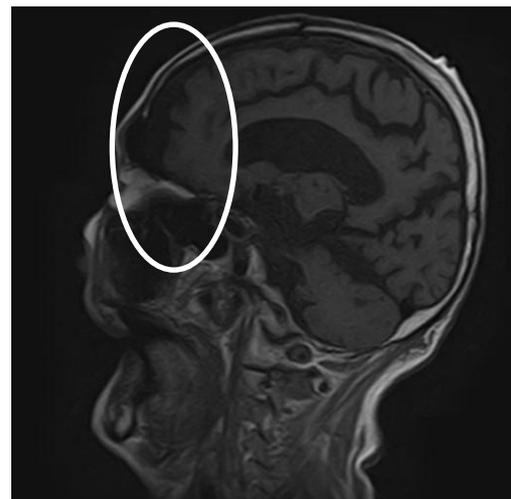
認知症



正 常



認知症



これらの写真は全く自覚症状のないうちに脳の老化現象が起きている事を示しています。

老化による変化の程度は人さまざまですが、特に高血圧症・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病をお持ちの方は、そうでない人に比べ、より悪くなる危険性が高く注意が必要です。

認知症だけでなく、くも膜下出血や脳梗塞など脳卒中を予防するためにも一度脳の MRI 検査を受ける事をお勧めします。



認知症のお薬について

薬剤部 薬局長 中曽根 規子

認知症



認知症の症状には、ものの名前やエピソードなどを忘れてしまう記憶障害や、時間や季節、今いる場所がわからなくなる見当識障害などの中核症状の他に、妄想、幻覚、不安、睡眠障害などの行動・心理症状があります。

認知症の薬といえば中核症状の進行を遅らせ、様々な機能の現状維持を目的とした薬をいい、当院ではドネペジル塩酸塩 OD 錠(アリセプト)、メマリー錠、リバスタッチパッチを採用しています。

行動・心理症状には対処療法として、睡眠薬、抗うつ薬、安定剤などの向精神薬が用いられます。行動・心理症状は個人差があるので、症状に合わせて薬を選択します。

最近では、向精神薬の他に神経症や不眠症に効果がある抑肝散という漢方薬も処方されます。副作用が無いわけではありませんが、日常の動きを低下させることなく行動・心理症状を改善します。

認知症の治療は本人のみならず、家族の生活にも大きく影響を与えるので、行動・心理症状の改善も極めて重要になります。

診療科目

- 内科
 - ・循環器内科
 - ・呼吸器内科
 - ・消化器内科
 - ・内視鏡内科
 - ・肝臓内科
 - ・腎臓内科
 - ・人工透析内科
 - ・内分泌内科
 - ・糖尿病代謝内科
 - ・漢方内科

- 外科
 - ・消化器外科
 - ・内視鏡外科
 - ・乳腺外科
 - ・肛門外科
 - ・内分泌外科
 - ・心臓血管外科
 - ・呼吸器外科
 - ・麻酔科

- 整形外科
 - ・リウマチ科
- 皮膚科
- 泌尿器科
- 脳神経外科
- 婦人科
- 放射線科
- リハビリテーション科
- 人間ドック
- 各種検診
- 協会けんぽ健診

診療時間

- 平日 AM 8:30 ~ PM 7:00
- 水曜日 AM 8:30 ~ PM 1:00
- 土曜日 AM 8:30 ~ PM 3:00
- 日・祝 休診

*ただし、かかりつけの方および緊急時は随時診療いたします。