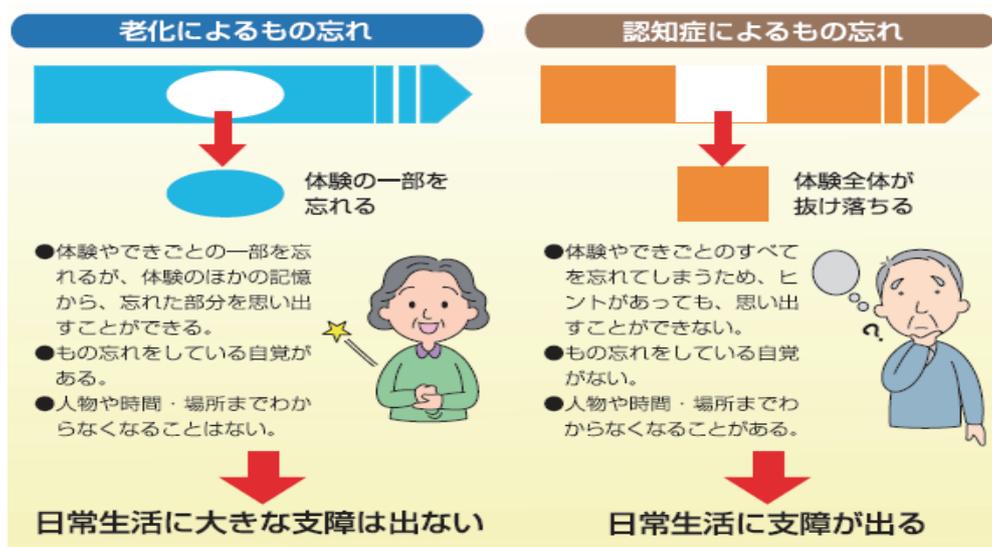


# 1. 認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが悪くなることで、認知機能が持続的に低下し、日常生活や社会生活に支障が出る状態をいいます。

ものごとを記憶する、考える、段取りよく行動するなどの能力が低下しますが、適切な治療を受ける、周囲が病状を理解して対応をすることで、症状を和らげたり、病気の進行をゆるやかに出来る場合があります。

## (1) 加齢によるもの忘れと認知症の違い



## (2) 認知症の種類

### アルツハイマー型認知症

認知症の中で最も多く、全体の半数以上を占めます。出来事そのものを忘れてしまい、短時間に同じことを繰り返して尋ねることが多くなります。進行はゆるやかである場合が多いです。

### 血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの病気を起こして発症します。脳梗塞などの再発などで認知機能が低下しますので、再発予防が重要です。意欲が低下する、感情を抑えにくいなどの症状があらわれることがあります。

### レビー小体型認知症

脳にレビー小体という物質が蓄積することで発症します。実際にはいない人や動物・虫などが見えることがあります(幻視)。睡眠中に大声をあげる、動きが鈍くなる、手足が震えるなどの症状があらわれることがあります。

### 前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉が萎縮することで発症します。理性や感情をコントロールすることが難しくなり、「わが道を行く」行動がみられやすくなります。性格が変わる、同じ言動を繰り返すなどの症状があらわれることがあります。

### (3) 認知症の症状

認知症の症状はさまざまですが、認知機能の低下によっておこる「中核症状」と、身体や心の状態、性格、環境などの影響により起こる「行動・心理症状（BPSD）」があります。「行動・心理症状（BPSD）」は、認知症の人全てに起こるとは限りません。周りの人の対応や適切な治療で症状を軽くすることや予防することができます。

#### 中核症状

##### 記憶障害

体験や出来事を覚えられなくなったり、思い出せなくなる。

##### 見当識障害

日時や場所が分からなくなったり、相手が誰なのか分からなくなる。

##### 理解・判断力の低下

考えるスピードが遅くなったり、複雑なことを理解するのに時間がかかる。

##### 実行機能障害

計画を立てたり、段取りを考えたりすることが苦手になる。

#### 行動・心理症状（BPSD）

イライラする、攻撃的になる。  
よく眠れない。  
一人で出かけて帰れなくなる。

元気がなく、ふさぎこむ。  
物を盗まれたと言う。  
落ち着きがなくなる。 など

#### ◆軽度認知障害（MCI）

日常生活に大きな支障はないため認知症とは診断されないが、もの忘れの自覚があり、記憶障害などの軽度の認知機能障害が認められる状態のことをいいます。健常な状態から認知症への移行段階と考えられており、この段階で適切な対策や治療を行うことで、進行を遅らせることが期待できます。

#### ◆若年性認知症

65歳未満で認知症を発症した場合を、若年性認知症といいます。仕事、家事、子育てなど、ご本人だけでなくご家族も含めた生活への影響が大きくなることがあります。抱え込まずにまずはご相談ください。

## 2. 認知症とともに

認知症になったら何も分からなくなる、何もできない、  
そんなイメージをもっていないですか。

認知症になっても、ちょっとした工夫をすることで、  
自分らしい暮らしを継続していくことができます。

認知症とともに、自分ができることを大切に、  
一緒に歩いていきましょう。

### ◆認知症基本法について

令和6年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。共生社会とは、“認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会”であると記されています。この法律では、認知症の人が尊厳と希望を持って暮らすことができるよう共生社会の実現を推進することとされています。

### ◆新しい認知症観について

認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方のことを「新しい認知症観」といいます。

### ◆当事者の思いを知る

国や地方公共団体では、認知症の人の思いや声を発信する様々な取り組みが行われています。一例として、以下の当事者による活動を紹介します。

【厚生労働省 HP】

- (1) 本人にとってのよりよい暮らしガイド(本人ガイド)
- (2) 認知症本人大使「希望大使」
- (3) 認知症の人からのメッセージ動画「希望の道」



(1)



(2)



(3)

## 3. 受診について

### 早めに受診することで前向きな生活へ

早い段階から治療を受けることで、進行を緩やかにすることが期待できます。また、症状が進む前に、どのように暮らしたいか、どのような工夫をするとよいか、ご本人とご家族と一緒に考える時間を持ち、今後の生活に備えることができます。

### かかりつけ医へ相談してみましょう

「認知症かもしれない」と思ったら、これまでの病歴や普段の様子も把握しているかかりつけ医へ相談してみましょう。

### 受診する前に、メモしておくこと

- ・日常生活の中で困っていること、本人や家族が心配なこと
- ・気になる様子や症状がいつから続いているか
- ・(初めて受診する場合は)これまでかかったことのある病気や飲んでいる薬の内容

まずは医師に  
ご相談ください。



### 認知症と間違われやすい病気や状態もあります

#### 〇うつ

気分が落ち込んだり、趣味をはじめとする物事への興味や意欲を失ってしまったり、記憶力や判断力が低下するなどの症状が続きます。認知症と違う点は、多くの場合、記憶障害の症状はありません。

#### 〇せん妄

多くの場合は、体の病気や薬の副作用が原因で起こります。意識がぼんやりとした状態となり、意識がはっきりとしない中で動き回ったり、錯覚や幻覚、妄想、興奮などがあらわれます。

〇正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍などの頭部の病気や、甲状腺機能低下症などによって、認知症のような症状がでることもあります。

## 専門医療機関

### ●綾部市立病院

認知症専門医による「物忘れ外来」を開設しています。

認知症看護認定看護師が相談に応じる「認知症看護・介護外来」もあります。

どちらも、要予約。

### ●京都協立病院

脳神経内科および認知症専門医による「ものわすれ外来」を開設しています。

要予約。

### ●綾部ルネス病院

脳神経内科及び認知症専門医による「認知症外来」を開設しています。

### ●国立病院機構 舞鶴医療センター

認知症の専門医療相談、鑑別診断、身体合併症及び行動・心理症状の急性期対応を行います。かかりつけ医がある場合、紹介状が必要です。要予約。

## 【所在地・連絡先】

医療機関名	所在地・連絡先	QRコード
綾部市立病院	【所在地】 綾部市青野町大塚20-1 【電話】 43-0123(病院代表) 【F A X】 42-7870	
京都協立病院	【所在地】 綾部市高津町三反田1 【電話】 42-0440(病院代表) 【F A X】 42-9459	
綾部ルネス病院	【所在地】 綾部市大島町二反田7-16 【電話】 42-8601(病院代表) 【F A X】 42-8603	
国立病院機構 舞鶴医療センター	【所在地】 舞鶴市字行永2410 【電話】 0773-62-1710 (病院代表 62-2680) 【F A X】 0773-63-5332	