



認知症の理解と接し方

湯沢町保健医療センター 園田幸代 内藤優樹



認知症はどんな病気か？

- ・ 認知症とは、もの忘れをおもな症状とした病気のことをいいます。
- ・ その結果生活に支障をきたして、少なくとも症状が6か月以上継続している状態です。



では、物忘れ＝認知症でしょうか？



加齢によるもの忘れと認知症の違い

老化によるもの忘れ

- ・ 体験の一部を忘れる
- ・ ヒントを与えられると思いだせる
- ・ 時間や場所など見当がつく
- ・ 日常生活には支障なし

認知症によるもの忘れ

- ・ 体験全体を忘れる
- ・ 新しい出来事を記憶できない
- ・ ヒントを与られても思い出せない
- ・ 時間や場所の見当がつかない
- ・ 日常生活に支障あり



①アルツハイマー型認知症

原因

・多量なアミロイドたんぱく質が脳に貯まって神経細胞が死んでしまい、脳が萎縮する。

特徴

・時間や場所、家族の顔が分からなくなる。
・新しいことが記憶できない。
・ものを忘れから気づくことが多い。

対応

・否定しないで本人の話を聞く



②血管性認知症

原因

・脳梗塞や脳出血などによって脳血管の周りの神経細胞がダメージを受ける。

特徴

・症状の発症や程度によって症状が異なる。(予定のし忘れ、歩行、感情のコントロールがうまくいかない)

対応

・規則正しい生活習慣を！



③混合型認知症

原因

・脳の神経細胞の中にレビー小体という異常なたんぱく質の塊がみられる。大脳皮質に蓄ると認知症になる。

特徴

・記憶
・音声言語がらみ異常行動
・アミロイドたんぱく質が蓄える。小脳皮質に多く認められる。
・脳によって変動

対応

・転倒や誤嚥に注意

若年性認知症

特徴

・アルツハイマー型、脳血管性が多い。
・女性より男性に多い。

対応

・本人に告知するか、医師をみて両親と相談の上で行う。
・カレンダーを作成して予定を確認。
・遺子にならないよう工夫。

治る認知症

- ・甲状腺機能低下症
- ・慢性硬膜下血腫
- ・正常圧水頭症
- ・ビタミンB1、B12欠乏
- ・脳腫瘍
- etc...

治る認知症を含め、認知症は
早期発見・早期治療が成功します

治療にはどんなものがある？

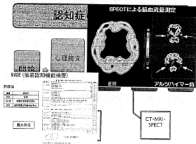
認知症の治療には

- ①薬物療法
- ②非薬物療法(脳活性リハビリテーション)
- ③適切なケア
- ④馴染みの環境

という4つの柱があります。
これらによって進行を遅らせることが可能です。



認知症



認知症の薬物療法

塩酸ドネペジル
ガランタミン
リバステグミン

メマンテン

抑肝散



薬物療法の効果

- ・アルツハイマー型認知症の進行を遅らせる。
- ・感情表現が豊かになる。
- ・意志表示がはっきりする。
- ・自覚性や周囲の関心が高まる



薬物の副作用



塩酸ドネペジル
ガランタミン
リバスチグミン



胃腸障害：下痢、嘔吐
神経障害：興奮、不眠
循環器障害：徐脈など

メマンテン



めまい、眠気、便秘

抑肝散



浮腫、高血圧、胃腸症
状

非薬物療法の効果

- ・本人が安心して生活できるような環境調整
- ・図療法、音楽療法、園芸療法
- ・芸術療法
- ・動物介在療法
- ・リアリティ・オリエンテーション



その人に合った方法を、サポートする事で考えていきましょう。

認知症の予防

生活習慣病を患っていたり、人付き合いせず、趣味がない人は、認知症になる可能性が高いといわれています。それらを改善することが認知症の予防につながります。

食生活や運動に気を付ける
人と接し、笑い、脳の活性化を図る



では、
病院にはどのタイミングで行けばいい？

認知症は早期発見・早期治療がとても重要で
す。軽度認知障害である可能性があるので、



「あれ?」と思ったら、早めに病院に行きましょ

この「認知症かな?」を
第三者的に判断してくれる
アプリがあります

それは
NPO法人オレンジアクトにより
開発されました。

「あれ?」の原因はどのですか?

- ・ 何度も同じことを言ったり聞いたりする。
- ・ 物の名前が出てこなくなった。
- ・ 慣れた場所で道に迷った。
- ・ 好きだったことに無関心になった。
- ・ 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。
- ・ 「財布が盗まれた!」などと騒ぐことがある。
- ・ だらしなくなった。
- ・ 日課をしなくなった。
- ・ 時間や場所の感覚が不確かになった。
- ・ 暴言を吐いたり、怒りっぽくなった。
- ・ 複雑なドラマが理解できなくなった。
- ・ 夜中に急に起きだして騒いだ。

オレンジアクトとは。。

・ NPO法人オレンジアクトは軽度認知障害(MCI)段階での早期
対応・見える努力を推進し、その後の認知症発症の抑制・予防
のための情報を提供するボランティアによる団体です。

・ <オレンジ>
厚生労働省の認知症対策5年計画「オレンジプラン」に由来し
ます。
認知症対策という同じ目的の中、運動しているという想いから。

<アクト>
「役割を定める」という意です。
市民レベルで大切な方へ情報を

伝えるという役割を担っています。

— 認知症に備える努力 —



認知症に備えるアプリ

高齢者自身や家族など身近な人が、
 数ステップの簡単な質問に答えるだけで、
 認知症の有無を客観的に判別できる。



Humanitude

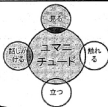
「思いやりを伝える実践的ツール」



© 2014 Humanitude Japan Co., Ltd.
 02076

Humanitude Japan Co., Ltd. 1-10-1
 1-10-1, Higashi-Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo 162-0847
 TEL: 03-6345-1001 FAX: 03-6345-1002

ユマニチュード / Humanitude®



ケアの5つの
 ステップ



ケアする人もされる人も気持ちのいいサポートを
ご経験ありがとうございました。

