

2. 認知症は脳の病気です



『認知症』ってよく聞くとおもいますが、具体的にどういうことだと思いますか？



人の名前とか、顔とか忘れてりするんだろう？

それも症状の1つですね。

認知症は老化現象と思われがちですが、『脳の病気』なんです。

脳の細胞に異変が起きることによって様々な障害が起こることから、日常生活を送る上で支障が出る状態になります。



認知症の代表的な原因疾患

<p>アルツハイマー型 認知症</p>	<p>脳に特殊なたんぱく質が溜まることで神経細胞が弱り、脳が萎縮していきます。そのため、体の機能も徐々に失われていきます。 比較的早い段階から記憶障害、見当識障害などが見られます。</p>
<p>脳血管性認知症</p>	<p>脳の血管が詰まっている箇所が増える毎に脳の機能が低下し、認知症や運動障害が現れてきます。 脳血管障害は生活習慣病が原因と言われており、生活習慣病を引き起こす高血圧・高脂血症・糖尿病などの予防や定期受診による適切な管理をしていくことが脳血管性認知症の予防につながります。</p>
<p>レビー小体型 認知症</p>	<p>脳にレビー小体が溜まることで起こる脳の萎縮が原因と言われています。 認知症の症状とパーキンソン症状(前傾・突進歩行、小刻み歩行、転倒、手指振戦など)が出現します。幻視、幻聴も見られ、症状の変動が大きいことが特徴です。</p>
<p>前頭側頭型 認知症</p>	<p>前頭葉と側頭葉の萎縮によって認知症が起こります。 社会性を失い、自分の思うままの行動を取ります。 また、同じ言動の繰り返しなども見られます。</p>



ただの老化とは違うんだね。

他にも、**認知症かな？**と疑いたくなる**病気**もあるんですよ。認知症のような症状が出るんです。



認知症と似た症状が現れる主な疾患

慢性硬膜下血腫	<p>脳と頭蓋骨の間に血液が貯留する病気で、一般的には頭を打った後、2週間から3ヶ月の期間に起こります。</p> <p>徐々に発症するため本人も周囲も気づきにくいという特徴があります。早期に外科的な治療をすることで回復する可能性があります。</p>
正常圧水頭症	<p>頭に脊髄液が異常に溜まっても、脳圧が上がりにくいタイプを正常圧水頭症と言います。</p> <p>歩行障害、認知機能障害、尿失禁が三大症状です。正常圧水頭症で起こる認知症は早期治療で改善できる可能性があるので早めに脳外科を受診することが大切です。</p>



症状が似てるからって認知症と間違われたら大変だな!!

認知症の症状にも種類があるんです。
 脳の働きが悪くなることで起きる「**中核症状**」と、
 本人の性格や周囲の環境などの要因が絡み合っ
 て起きる「**行動・心理症状 (BPSD)**」があります。



中核症状の例

記憶力障害	<ul style="list-style-type: none"> ・新しいことを覚えられない、すぐ忘れる。 ・食事したことを忘れる。
見当識障害	<ul style="list-style-type: none"> ・時間や季節感、場所の感覚が薄れる。
理解・判断力の障害	<ul style="list-style-type: none"> ・2つ以上のことが重なるとうまく処理できない。 ・考えるスピードが遅くなる。
実行機能障害	<ul style="list-style-type: none"> ・料理などの手順がうまくできなくなる。 ・冷蔵庫に同じ食材がたくさん入っている。

BPSDの例

暴言・暴力	<ul style="list-style-type: none"> ・声を荒げたり、手をあげたりする。
幻覚・妄想	<ul style="list-style-type: none"> ・実際にはいない人が見える・声や音が聞こえると言う。 ・財布などを盗まれたと言う。
不潔行為	<ul style="list-style-type: none"> ・失禁したり、大便をいじったりする。



大変だな…。

『中核症状』は病気そのものから来る症状ですけど、『BPSD』は症状の強さに個人差があるんです。

体調不良、家族などから責められたり、怒られたりすることによる不安や戸惑い、自尊心が傷つく等の心理的な状態のほか、ひきこもりがちで刺激の少ない生活など、いろいろな要因が絡み合っ
て脳に影響を及ぼし、BPSDが現れやすくなります。



◆BPSDに対応するために

認知症の人の「体の状態」と「心の状態」、「暮らしの状態」を見守り、小さな変化に気づいてあげることが大切です。環境を整えたり、周囲の対応を変えることが改善につながる場合もあります。

それでも症状が改善しない場合は、薬物療法が必要となることがありますので、かかりつけ医、または、BPSDを治療できる病院に相談しましょう。



自分や家族が認知症になってBPSDが出てきたら大変だなあ。どうすればいいのかな。

大事なことから、繰り返しますよ。

BPSDは個人差があって、周囲の環境に左右される部分も大きいんです。だから、周りの人の接し方や環境整備によって改善できる場合も多いんですよ。



◆認知症の人への接し方

○『認知症の人に自覚がない』というのは大きな間違い

物忘れによる失敗、家事や仕事がかたくなることが多くなり、本人は何かが起きているという不安を感じています。認知症である本人が誰よりも一番不安で、苦しい悲しい思いをしていることを理解することが大切です。

○『私は忘れていない!』に隠れた思い

「私は物忘れなんかしない、病院なんかに行く必要は無い。」と言い張り、家族を困らせる場合が少なからずあります。認知症の本人が自分の物忘れ等を認めないのは、「私が認知症だなんて!!」という不安や怒りから自分のところを守るための反応です。周囲の人が、認知症の人の隠された思いを理解し対応することが大切です。



認知症の人って、びっくりするような言動をとることがあるので、思わず叱ったり、間違いを訂正してしまいたくなりますよね。だけど、そういう対応がBPSDを誘うこともあるんです。

認知症の人に接する時は、

①驚かせない ②急がせない ③自尊心を傷つけない

以上の3つを心がけましょうね。

友達とおしゃべりする時と一緒にですよ。思いやりが大切です。

