

# にんちしょう 認知症とアルツハイマー病は、同じなの？



認知症というのは、一つの病名ではありません。

前のページで4つの基準にあてはまると認知症と言いましたが、そのような症状を表す状態が認知症なのです。熱という症状があるときに、その原因が単なる風邪の場合もあれば、インフルエンザや肺炎の場合もあります。このように発熱という症状の原因がそれぞれ異なるように、認知症もさまざまな原因によって起こります。認知症は脳の神経細胞が少しずつ減って、正常に働かなくなる病気です。



認知症の原因となる病気の中で、日本で多いのは、  
アルツハイマー病と脳血管性認知症です。

- **アルツハイマー病とは…**  
脳の神経細胞が徐々に減って、正常に働かなくなる病気です。
- **脳血管性認知症とは…**  
脳卒中(脳梗塞や脳出血)などに引き続いて起こります。
- **レビー小体型認知症とは…**  
脳の中に、「レビー小体」というものができます。ふるえや、ゆっくりした動作などパーキンソン病のような症状があります。
- **前頭側頭型認知症とは…**  
脳の前方部分(前頭葉や側頭葉)が縮むことにより起こります。
- **「その他」に分類される慢性硬膜下血腫や**  
正常圧水頭症などは、原因となっている病気を治療すれば、  
症状が改善することもあります。

専門の医師から  
正確な診断を  
受けることが  
必要です。



にんちしょう  
認知症になると、何ができなくなるの？

~ 1 ~

●新しい記憶(最近の出来事)から薄れていきます。

初期には数日前のことが  
思い出せなくなりますが、やがて、数分前のことも  
忘れるようになっていきます。

なぜ？

こんなことが起きるのでしょうか?!  
記憶に関する働きは、認知症の大きな  
特徴の一つです。  
大事なことなので、記憶のシステムという  
点からみてみましょう!

先週の  
家族旅行って  
どこだった  
のかしら?



人の記憶のシステムとは…



ひとくちに“記憶”と言っても、実はいくつかの段階があります。  
認知症になると、その段階のどこかがうまく働かなくなり、記憶に  
関するトラブルが生じてしまうのです。





## ●時間や場所がわからなくなります。

「いつ」や「どこ」が  
きちんとわからなくなることを  
けんとうしきしょうがい  
「見当識障害」といいます。



認知症になると、「今日は何日?」と何度も聞いてくることがあります。

みなさんも、ふと気がついたら見知らぬ場所にいたとしたら、一体今はいつで、いつから自分はここにいる、今自分はどこにいるのかと不安になりませんか?

日時や場所を何度も聞いてこられたら、聞かれるほうは大変です。でも、その背後には、そんな不安な気持ちがあるのです。

## ●判断力、理解力、思考力などが低下していきます。

例えば、それまでふつうに  
できていた料理が  
うまく作れなくなったりします。

料理がうまくできなくなるのは、判断力などが低下して、いくつかのことを**同時に行うことが難しく**なり、段取りがうまくできないからです。しかし、野菜を切ったりなどは、今までどおり上手にできます。ですから、料理の中でできる部分は、やってもらうことは大切なことです。



# 毎日、どんどん忘れてしまうの？



毎日というわけではありませんが、認知症が進んでくると、記憶のシステムの働きが少しずつ低下していきます。



何もわからなくなってしまうのがよあ…



そうではありません。確かに記憶システムの各段階の働きが低下します。しかし、今まで覚えていたことを全部忘れてしまうわけではありません。みなさんも、「こま

で出かかっているんだけど…」と思いたせないことが、後で思いたしたり、何かヒントになって思い出せることはありませんか？

ですから、少し待っていてあげてください。「あのときは、こうだったね。ああだったね」と話しかけてあげれば、思い出せることはたくさんありますし、言葉に出せなくてもしみじみと心で感じているときもあるのです。



「〇〇ちゃんはぬいぐるみが大好きで…  
がわいかったねえ〜」



あなたのおじいちゃんやおばあちゃんが認知症になって、病気がだんだん悪くなっても、あなたをかわいがってくれた懐かしく大切な記憶は、心の中には残っています。忘れてしまっているように見えたとしたら、それは「再生」がうまくいっていないだけで、記憶がなくなったのでも、何もかもわからなくなるわけでもないのです。

記録

…知識などを脳に取り込むこと

保持

…脳の中に留めておくこと

再生

情報を再び取り出すことが…



# にんちしょう 認知症の進み方は？



なかなか難しい問題です。なぜなら、認知症がどのように進んでいくかは、人によってさまざまだからです。



## その理由は…

- ❗ 認知症の原因となる病気はたくさんあります。原因が違えば、治療法やケアも異なってくるし、進み方も異なってくるのです。
- ❗ 病気が始まる年齢によっても進み方は違います。同じアルツハイマー病であっても、病気になった時期が50歳前後であれば病気が進むのが早い場合が多く、70歳代の後半以降に病気になった場合は、病気が進むのが遅いといわれています。
- ❗ 上の2つ以外にも、その人自身をとりまく環境（周囲の人との関係がどうか、必要な治療やケアを十分に受けることができるか…など）の違いもあるので、人によって進み方は異なってくるのです。



## 寿命は、どうなるの？

認知症の人は、そうでない人に比べて寿命じゅみょうが短くなるといわれています。認知症の原因やケアによっても違ってきますが、最近は、きちんとした治療やケアをうけていれば、以前より長生きする人が増えてきました。

## 認知症が原因で、亡くなるの



認知症は脳の神経細胞が十分に働かなくなるためにおこります。認知症が進んでいくと、脳から身体への指令しれいがうまく届かなくなります。ですから、身体を正常に保つ力がだんだん衰えるので、抵抗力もおちていきます。例えば、風邪などが原因で、そこから肺炎になり、そのことが原因で亡くなることもあります。



# 治療法は、あるの？

認知症を治す薬  
というのは、実は  
まだないのです…



アルツハイマー病では、進行を緩やかにする治療薬が用いられます。現在日本で使われているのは「塩酸ドネペジル(アリセプト®)」です。レビー小体型認知症にもこの薬が有効です。

☞ 脳血管性認知症の場合は、のうこうそく脳梗塞の再発予防のための薬が用いられます。



薬以外に  
何か  
ないのかな？

☞ 薬以外治療法としては、「ひやくぶつりょうほう非薬物療法」といって、かっせいか脳を活性化させたり、感情に働きかけるものがあります。

例 え ば

## ❖ 音楽療法

懐かしい曲を歌えば、その頃のことを思い出します。脳が活性化され、いろんな感情がわいてきます。



## ❖ 回想法

昔のことを思い出して話をする事で、脳が刺激されたり、いきいきとした感情を体験することにつながります。



## ❖ 運動療法

運動することで、脳の血流がよくなります。体に負担にならないような有酸素運動ゆうさんそが良いと言われています。



## ❖ 音読や計算

本人に負担のかからない無理のない内容であることが大切です。



## ❖ 芸術療法

絵画、陶芸、貼り絵などは、うまく言葉が話せなくても作品を作ることによって、自分のことを表現することの助けとなります。



人それぞれに好みは違います。無理に行ったり、頑張りすぎるのは、かえってよくありません。



認知症の人が、病気を抱えながらもその人らしく生活するには、このような治療だけでなく、環境を整えたり、周囲の人の介護がとても重要です。

