

1-1 認知症とは？（症状・種類）

色々な原因で脳の細胞が壊れることで、脳の働きがわるくなるために、さまざまな障害が起こり日常生活に支障をきたします。それが、およそ6ヶ月以上継続している状態を認知症といいます。

① 認知症の症状

認知症の症状は、「**中核症状**」と「**行動・心理症状**」の大きく2つに分けられます。

脳の細胞の老化、減少

中核症状

（脳の細胞が壊れてしまうことで、直接起こる症状）

記憶障害

- ・同じことを何度も言う、聞く
- ・すぐ前のことを忘れてしまう

見当識障害

- ・時間、場所、季節がわからなくなる
- ・家族のことがわからなくなる

理解・判断力の障害

- ・二つのことが重なるとうまく処理できない

実行機能障害

- ・計画を立てたり、順序がわからなくなったりする

行動・心理症状

（中核症状に、環境、体調、ストレスや不安などが加わって起こる二次的な症状）

主な症状 抑うつ、不安、幻覚、妄想、外出中に行方不明になる、暴力

周りの接し方や環境によって、症状が軽くなったり、強く出たり変化します。関り方のポイント（P19）も参考にしてください。



② 認知症の種類

アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症
<p>◆脳内にたまった異常なたんぱく質により神経細胞が破壊され、脳に委縮が起こります。</p> <p>症状</p> <p>昔のことはよく覚えていますが、最近のことは忘れてしまいます。軽度のもの忘れから徐々に進行し、やがて時間や場所の感覚がなくなり、人物の認識ができなくなっていくます。</p>	<p>◆脳内にたまったレビー小体という特殊なたんぱく質により脳の神経細胞が破壊され起こる病気です。</p> <p>症状</p> <p>現実にはないものが見える幻視や、手足が震えたり筋肉が固くなるといった症状が現れます。歩幅が小刻みになり、転びやすくなります。</p> <p>睡眠障害、便秘や尿失禁などの自立神経症状が出やすいです。</p>
脳血管性認知症	前頭側頭型認知症
<p>◆脳梗塞や脳出血によって脳細胞に十分な血液が送られずに、脳細胞が死んでしまう病気です。高血圧や糖尿病など生活習慣病が主な原因です。</p> <p>症状</p> <p>脳血管障害が起こるたびに段階的に進行します。もの忘れや感情のコントロールが難しくなるなど、障害を受けた部位によって症状が異なります。</p>	<p>◆脳の前頭葉や側頭葉で、神経細胞が減少して脳が委縮する病気です。</p> <p>症状</p> <p>初期症状では、身だしなみに無頓着になったり、同じ言動や行動を繰り返すことがあります。</p> <p>感情の抑制がきかなくなる、社会のルールを守れなくなるといったことが起こります。</p>

③ 「認知症」と「もの忘れ」の違いって？

年齢を重ねると誰でも忘れっぽくなりますが、例えば「みそ汁を食べたけれど具が思い出せない」などは単なるもの忘れです。しかし、食べたこと自体を覚えていなければ、認知症の疑いがあります。



普通のもの忘れ

(例) 食べたメニューを思い出せない
(体験の**一部**を忘れる)



日常生活に**大きな支障はない**

認知症のもの忘れ

(例) 食べたことを覚えていない
(体験の**全部**を忘れる)



日常生活に**支障が出る**

「もしかしたら認知症？」など気になる場合は、次ページの「認知症気づきのチェックリスト」でチェックしてみてください📄