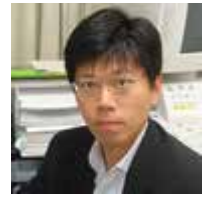




## 実は身近な病気・認知症とは？

### ～その本質と対応～



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

桜も咲いて、すっかり春めいてきましたね。皆さん如何お過ごしでしょうか？早いもので、このシリーズも3回目になりました。今回は、認知症の1歩手前の状態である「MCI」と言う病態と、認知症の治療についてお話しします。

認知症かしら？と心配されて受診される患者の多くは、MCI (Mild Cognitive Impairment: 軽度認知障害) の場合が多く、健常者と認知症の人の中間の段階(グレーゾーン)にあたる症状です。MCIとは、認知機能(記憶、決定、理由づけ、実行など)のうち1つの機能に問題が生じてはいますが、「日常生活には支障がない」状態のことです。MCIの原因となる原疾患を放置すると、認知機能の低下が続き「5年間で約50%」の人は認知症へとステージが進行すると言われていています。厚生労働省は、認知症とその予備軍とされるMCI人口は「862万人」存在すると発表していますが、驚くべきことにこれは65歳以上の「4人に1人」です。意外に思われるかもしれませんが、認知症やMCIはとても「身近な症状」なのです。以下がMCIの定義になります。

1. 記憶障害の訴えが「本人または家族」から認められている
2. 日常生活における動作は「正常」
3. 全般的認知機能(ここはどこ？、今何時？、あの人は誰？などの認識)は「正常」
4. 年齢や教育レベルの影響のみでは説明できない記憶障害が存在する
5. 認知症ではない

現在、治療や投薬により認知症の「進行を遅らせる」ことはできても、一部の場合を除き完治することはできません(脳腫瘍・慢性硬膜下血腫・正常圧水頭症・脳血管障害等の外科的治療の対象となる疾患や、薬の副作用によるせん妄状態など治療可能な状態もあります)。そのため、MCIの段階で認知機能の低下にいち早く気づき、予防対策を行うことで症状の進行を阻止することはとても大切です。治療や投薬のみならず、認知症によって低下する能力を鍛えたり、毎日の生活習慣を認知症が進行しにくいものにしたりすることが重要です。食習慣を見直し、定期的な運動習慣で脳の生理状態を良好に保ったり、いろいろな人とコミュニケーションをとり、頭を使って行動したりすることで認知機能を重点的に使って、機能の改善や維持を図りましょう。ご自身はもちろん、ご家族や身の回りの大切な人のためにも定期的なチェックをお勧めします。長谷川式簡易知能評価スケール(改訂版)と言う簡易検査法がありますので、気になる方はお気軽にスタッフにお尋ねください。チェックシートをお渡しします(20点以下が認知症の疑いということになります)。

皆さんが最も気になるところは、認知症は治療できるか？という点だと思います。治療は薬物療法とリハビリテーションが主体です。先程挙げたいいくつかの稀な場合を除き、認知症を完治する方法は現代の医学にはありません。しかし、治療やケアを行うことで進行の速度を遅くしたり、出ている症状を軽減させたりすることは出来ます。認知症の症状が少しでもおさまれば、本人の生活が良くなるだけでなく、「介護している方の負担」も軽く出来ます。薬物療法を行うことで、認知症の進行を抑えたり、脳の機能低下を遅らせたりすることが可能です。また、徘徊や譫妄・暴言・暴行などの症状が重い時には、抗精神病薬(気分を落ち着かせるお薬)などを使用する場合があります。認知症対策のリハビリテーションでは、脳のいろんな部分の機能に刺激を与えることが目的で、症状に合わせて適切なりハビリテーションを選択します。主なりハビリテーションの手段は以下です。

- ・簡単な計算や音読、字を書き写すなど。
- ・昔の話を思い出し、話す回想法
- ・脳に刺激を与える音楽療法、芸術療法

治療と並ぶほど重要な役割を果たしているのが、毎日の生活における「家族のケア」です。認知症の症状が出てくると、つい本人を叱りつけてしまうことがあります。しかし、本人の気持ちも不安定になり、症状が悪化したりすることもあります。家族の方がまず認知症という病気をしっかりと理解したうえで、本人にとって負担のない対応をするようにしましょう。

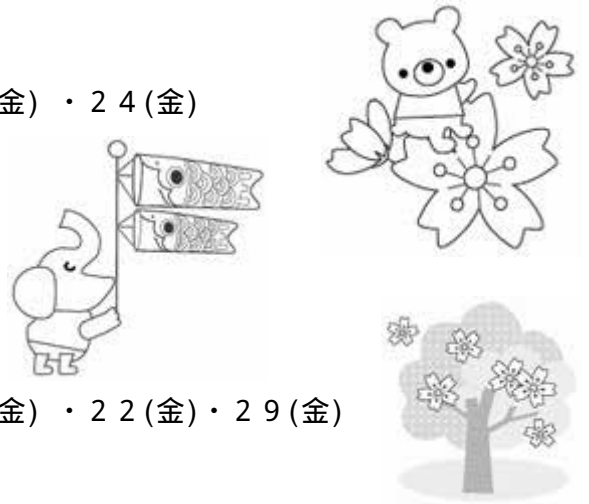
## 【ふなもとクリニック エコー検査・食事相談予定】

### 4月の予定

エコー検査	井上先生	11(土)・25(土)
	山本先生	4(土)・18(土)
	杉山先生	3(金)・10(金)・17(金)・24(金)
	池田先生	14(火)・28(火)
食事相談	宮本管理栄養士	4(土)・27(月)

### 5月の予定

エコー検査	井上先生	14(木)・28(木)
	山本先生	30(土)
	杉山先生	1(金)・8(金)・15(金)・22(金)・29(金)
	池田先生	12(火)・26(火)
食事相談	宮本管理栄養士	11(月)・23(土)



## 平成27年度成人用肺炎球菌ワクチン定期接種について

定期接種の対象者は右の二つに該当する方です。対象となる期間は平成27年4月1日～平成28年3月31日までです。

平成27年度に以下の年齢になる方。今までこのワクチンを接種したことがない方。



65歳	昭和25年4月2日生～ 昭和26年4月1日生の方	85歳	昭和5年4月2日生～ 昭和6年4月1日生の方
70歳	昭和20年4月2日生～ 昭和21年4月1日生の方	90歳	大正14年4月2日生～ 大正15年4月1日生の方
75歳	昭和15年4月2日生～ 昭和16年4月1日生の方	95歳	大正9年4月2日生～ 大正10年4月1日生の方
80歳	昭和10年4月2日生～ 昭和11年4月1日生の方	100歳	大正4年4月2日以前に 大正5年4月1日生の方

接種当日に60歳～64歳で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害により身体障害者手帳1級を有する方

この予防接種は個人の予防目的に重点が置かれており、接種の義務はありませんので、接種を希望される方のみ受けるようにしてください。

## 保険証提示のお願い

保険証が変更（負担割合変更も）になった場合は、変更後最初の受診時には、月の変わり目に関係なく必ずご提示下さい。また、月1回の保険証提示にもご協力下さい。宜しくお願い致します。



ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町7-13 tel.0798-81-1192  
 ふじもとクリニック 〒663-8165 西宮市久保町7-35 レインボー酒蔵通1F tel.0798-42-7692  
 居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション 訪問看護ステーション・デイサービスセンター **ふくろう** 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町6-20  
 tel.0798-40-9050(代表) 0798-49-7670(デイ直通)