「最近もの忘れがひどくなってきた気が…」

年齢を重ねると若い頃に比べ、人の名前や過去の出来事などがすぐに思い出せなくなってきます。今回は「もの忘れ」と「認知症」についてお聞きしました。

「老化によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違いはなんですか？

たいていの方はお年を召してくると若い頃に比べてもの覚えが悪くなってきます。いわゆるもの忘れです。もの忘れには、お年をとってきて起きる場合と認知症によって起きる場合があります。

お年をとって現れてくる場合には、体験の一部分を忘れるだけであったり（昨日の夕ごはんを確かに食べたことは覚えているけどおかずはなんだったっけ）、ヒントを与えられると思い出せたりします（夕方にお孫さんが来て一緒に食べたよ、そうだ孫とカレーを食べたんじゃった）。また時間や場所などの見当はつきますし、日常生活に支障はなく、何より自分でもの忘れの自覚があります（最近、もの忘れをするようになったなぁ）。

一方、認知症によって起きてくるもの忘れの場合には、体験全体を忘れてしまったり（朝ごはんを食べさせてもらっとらん（実は食べています））、新しい出来事を記憶できなかったり（電話の内容を忘れたり、電話がかかってきたこと自体を忘れてしまっている）、ヒントを与えられても思い出せなかったり（○○さんから電話がなかった？　はて？）、時間や場所などの見当がつかなかったり（はて、今日は何月じゃったかな、何曜日じゃったかな）、日常生活に支障がでてきますし、もの忘れに対して自覚がなかったりします（わしゃ、もの忘れなどしとらんよ）。

気になる場合には、かかりつけの先生にご相談されるとよいでしょう。

認知症って「もの忘れ」だけですか？

認知症ではもの忘れだけではなく、いくつかの症状が出現してきます。中心となる症状はもの忘れですが、他にも日常生活をおくる上で問題となるような症状が出てきます。大きく分けると、記憶の障害を中心とした中核症状と、様々な精神症状から起こしてくる随伴症状になります。

中核症状とは、たった今までしていたことを忘れてしまったり、自分がどこにいるのかわからずに道に迷ったりします。また判断力が低下してきたり、他の人が話している内容が理解できなくなったり、時間や場所がわからなくなったりします。

随伴症状とは、このような中核症状を持った方が周りの方々との人間関係の中で苦しんだり、悩んだり、時には怒ったりする、感情的なもつれが背景となって起こる問題症状を指します。周辺症状ともいいます。一人で歩きまわったり、不安や幻覚が出てきたり、怒りっぽくなったり、意欲がなくなってきたり、イライラ・興奮状態・暴力行為が出てきたり、妄想やうつ状態が出てきたりします。

認知症ってどういう病気ですか？

認知症とはもの忘れを中心とした症状のことで、その原因となる病気にはいろいろなものがあります。頭の中で起こる病気から起きてくる場合と、全身の病気に伴って起きてくる場合があります。

頭の中で起こる病気から起きてくる場合には、神経細胞の数が減ってくるもの（アルツハイマー型認知症など）、脳卒中の後に起きてくるもの（脳梗塞や脳出血などの脳血管障害）、頭をぶつけた後などに頭の中に血がたまってくるもの（硬膜下血腫）、頭の中に脳脊髄液という水がたまってくるもの（水頭症）などがあります。

全身の病気に伴って起きてくる場合には、ホルモンの異常、重症の肝臓病や腎臓病、ビタミン欠乏、感染症によって起きてくるものがあります。また薬によっては体質と合わなかったりすると認知症のような症状が現れてくる場合もあります。

これらのうち、硬膜下血腫、水頭症、ホルモンの異常、重症の肝臓病や腎臓病、ビタミン欠乏、感染症によって起きてくるものは、元の病気を治療することで認知症の症状が軽くなる可能性があり、いわゆる「治る認知症」といえます。「治る認知症」を早く見つけて治療をすすめることが大切です。

アルツハイマー型認知症の場合、治療はどうするのですか？

神経細胞の数が減ってきて起きてくる認知症の代表はアルツハイマー型認知症です。他にも神経が変性して起きてくる認知症にはレビー小体型認知症や前頭側頭型認知症といった病気があります。

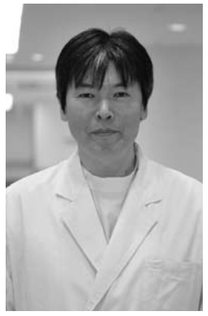
アルツハイマー型認知症の場合、現時点では残念ながら根本から良くする治療方法はまだありませんが、認知症の症状の進行を抑える抗認知症薬が開発されてきています。基本的に、抗認知症薬は長期的には症状を良くする薬ではなく、進んでいくのをゆっくりにする薬です。また他の随伴症状に対しては症状を和らげていく薬をすすめていきます。

認知症の治療は薬物治療だけで成り立っているわけではありません。ご家族や介護者がどのようにご本人と接していくのかということが非常に重要になってきます。さらに介護保険などを利用して、リハビリテーションやデイケア、デイサービスといった公共サービスを利用して身体的機能や精神的機能をなるべく維持していくことが大切です。

最後に

認知症にはいろいろな原因がありますが、早期に診断、早期に対応することが大切です。もの忘れが気になる場合は、まずはかかりつけの先生にご相談されるとよいでしょう。

今月の先生



岐阜市民病院　神経内科
田中優司 先生

○専門分野
神経内科全般
○役職
神経内科部長
○主な資格、認定
日本内科学会認定内科専門医・指導医
日本神経学会認定神経内科専門医・指導医
○卒業年、主な職歴
平成6年岐阜大学医学部卒業
岐阜大学病院、県立岐阜病院、
兵庫県立姫路循環器病センター、
岐阜大学講師などを経て、
平成23年4月より岐阜市民病院神経内科勤務。