

ういとり



ういとりとは——
富山弁の“うい”（つらい、苦しい）をとるという意味です。

特集 こんな症状があったら認知症かもしれません

～家族が第一発見のキーパーソン!!～



谷野亮一郎先生(たにの・りょういちろう)

医療法人社団和敬会谷野呉山病院院長。2000年、富山医科薬科大学(現・富山大学)医学部医学科を卒業後、同大学附属病院や富山市民病院などを経て、06年谷野呉山病院に赴任。12年4月から現職。精神科専門医。アルコール関連問題学会評議員など公職多数。

認知症はゆっくりと症状が進むため、どの時点で「認知症」と診断するか判断が難しい病気です。身近にいるご家族が、本人の変化を見逃さないように心がけることが大切です。ここでは、初期症状から認知症の種類を解説します。

認知症患者さんの半数以上が当てはまると言われているアルツハイマー型認知症の可能性があります。もの忘れや、道に迷うといったことが増えることから進行が始まります。

5人に1人が65歳以上という「超高齢社会」となり、認知症は身近な病気になっています。「2025年には65歳以上の高齢者の約5人に1人(700万人)が認知症になる」と厚生労働省は予測しています。今回は、認知症に詳しい谷野呉山病院院長の谷野亮一郎先生が認知症の初期症状と家族が気をつけるポイントを解説します。

もの忘れや2〜3時間前の出来事を忘れてしまう…

些細なことで怒る、突然泣き出す…
もの忘れといった記憶障害よりも感情障害が目立つ場合、**脳血管性認知症**の可能性がります。急に怒ったり、泣き出したり、言葉がうまく出てこない、といったこともあります。

万引きなどをしてても反省しない…

反社会的行為をしてしまう場合、**前頭側頭型認知症**が疑われます。具体的には、万引きや痴漢をしても反省しない、赤信号を平気で渡ったりなどです。

知らない人が目の前に…
などと訴えることが増える

レビー小体型認知症が原因として考えられます。本人には周囲の人には見えないもの(虫や人など)がはつきりと見えるため、「こわい」などと切実に訴えます。

富山市の認知症外来等実施医療機関一覧

(一：専門外来名の標榜はないが認知症治療実施医療機関として掲載)

病 医 院 名	専門外来名	電話番号	住所
アイ・クリニック	—	421-0238	太郎丸西町2-8-6
アルペン室谷クリニック	もの忘れこころ外来	437-9336	東岩瀬町275番地
かみやま脳神経クリニック	認知症外来	422-7733	上袋358
済生会富山病院	—	437-1111	楠木33-1
西能みなみ病院	もの忘れMRI	428-2373	秋ヶ島145番地1
さくら内科・神経内科クリニック	—	432-0039	下新本町3-6
佐々木病院	—	425-2111	大町1番地
常願寺病院	—	478-1191	水橋肘崎438
谷野呉山病院	物忘れ外来	436-5800	北代5200番地
塚本脳神経外科クリニック	認知症外来	422-2050	住吉町1-5
富山協立病院	老年内科外来	433-1077	豊田町1-1-8
富山県立中央病院	もの忘れ外来	424-1531	西長江2丁目2番78号
富山さくら病院	認知症「物忘れ外来」	432-0505	下新本町3-5
富山市民病院	—	422-1112	今泉北部町2番地1
富山赤十字病院	—	433-2222	牛島本2-1-58
富山大学附属病院	ものわすれ外来	434-2281	杉谷2630番地
東岩瀬クリニック	認知症治療対応	426-0880	高畠町1-11-11
ほおのき医院	認知症、物忘れ相談	443-3580	上赤江町2丁目1-30
南富山中川病院	—	425-1780	大町146
三輪病院	もの忘れ外来	428-1234	小中291
八尾総合病院	もの忘れ相談外来	454-5000	八尾町福島7-42

2016年11月現在 / (株)日本医療企画調べ

地域のみなさんの心と体の“憂い”を“取る”まちなか医療情報紙
ういとり

発行元
特定医療法人財団博仁会
横田病院
〒939-8085
富山市中野新町1-1-11
tel076-425-2800

配布エリア

- 総曲輪地区 ● 越前町、西町
- 星井町地区 ● 中野新町、太田口通り、星井町、山王町、西中野本町、西中野町
- 五番町地区 ● 上本町、五番町、南新町、古鍛冶町、南田町、梅沢町
- 西田地方地区 ● 花園町、千石町、西田地方町、磯部町、長柄町
- 堀川地区 ● 東中野町、大泉町

愛情を持って接すること 1人で悩まず 専門医に相談

本人のペースに合わせて
やさしく接しましょう

これらの症状が見受けられた場合、専門医療機関での受診をお勧めします。もし、認知症と診断された場合でも決して焦らないことが大切です。本人のペースに合わせ、やさしく接するように心がけてください。おかしな発言があってもあからさまに否定したり責めないようにしましょう。そして何より大切なのが、本人への愛情です。家庭が居心地の良い場所となるように配慮する一方、気を遣い過ぎず、自然体で接するようにしてください。

認知症は誰にでも起こり得る病気です。ご家族が認知症になっても、決して1人で悩みを抱えず、専門医に相談しましょう(4頁参照)。

Check ポイント

~これらの症状が出たら
認知症の疑いあり~

- ・同じことを何度も繰り返して聞く
- ・ついさっきのことを忘れる
- ・パソコンの操作ができなくなる
- ・年賀状を書かなくなる
- ・世の中の出来事に興味がなくなる
- ・相談を持ちかけてもまともな答えが返ってこない
- ・日付が分からなくなる
- ・経験した出来事をごっそり忘れる

認知症に関する主な相談先

富山県高齢者
総合相談センター(シルバー110番)
076-441-4110 (火~金曜日 10時~16時)

認知症ほっと電話相談
076-432-6580 (土・日・祝日 9時~17時)

認知症のひと家族の会 富山県支部
076-441-8998 (毎日、夜間は20時~23時)

認知症の症状分類

原因疾患	最初に現れる症状	さらに進行すると出てくる症状
アルツハイマー型 認知症	<ul style="list-style-type: none"> ●人柄・性格が以前と違う(頑固、自己中心的になったなど) ●ついさっきの出来事や、2~3時間前のことを忘れてしまう 	<ul style="list-style-type: none"> ●周囲に対して疑い深くなり、「ものを盗られた」「〇〇に〇〇された」といった被害妄想を起こす ●何事にも興味を失い、意欲が無くなり口数が少なくなることもある
レビー小体型 認知症	<ul style="list-style-type: none"> ●部屋に虫や蛇がいる、知らない人が立っているといった幻視が増える 	<ul style="list-style-type: none"> ●表情が乏しくなり、感情が読み取りにくくなる ●パーキンソン病に似た症状(手の震え、筋肉のこわばり、歩幅が小刻みになる、飲み込みができない、など)が出ることもある
脳血管性 認知症	<ul style="list-style-type: none"> ●感情の起伏が激しくなる(怒る・泣く・ふさぎ込むなど) ※喫煙者や糖尿病、高血圧、脂質異常、心房細動がある方は特に注意が必要です 	<ul style="list-style-type: none"> ●意識障害が起こり、混乱して考えをまとめられない ●服を前後逆に着たり、お箸や歯ブラシの使い方が分からなくなることがある ●夜中に大声を出したり、そわそわと動き回る
前頭側頭型 認知症	<ul style="list-style-type: none"> ●反社会的行為(万引きや痴漢をしても反省しない、赤信号なのに周りを気にせず平気で渡ったりする、など)が目立ってくる 	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉が出にくくなる ●相手が話す言葉の意味を理解できなくなる ●毎日スケジュール通りの行動をしなければ気がすまなくなり、妨げられると急に怒り出し、混乱する

教えて!! ういとり先生 第2回

特定医療法人財団博仁会 横田病院



院長 菅原秀徳先生
副院長 村田浩之先生
医師 廣瀬雅代先生

今号のテーマ 認知症予防と早期発見

医療用語やしきみなどについてQ&A形式でわかりやすく解説するこのコーナー。今回は認知症の予防方法と早期発見のための軽度認知障害(MCI)スクリーニング検査について説明します。

①運動
ウォーキングなど、苦痛にならない程度の有酸素運動を行い、ストレスホルモンを低下させていきます。毎日、継続的に行うのが効果的です。

②食生活の改善
ハンバーガーやピザなどファストフードではなく、和食中心の生活に見直すことが大切です。また、食用油はサラダ油よりも、エキスを

Q 認知症を予防するには、どんな方法があるの?
A ①運動、②食生活の改善、③頭を使う、という3つが大切です

解説
認知症の約6割を占めるアルツハイマー型認知症に対し、専門機関の研究によると、予防のためには以下の3つを合わせて行うことが大切と言われています。

Q もし、家族が認知症と診断されたら、私たちはどう接するべきか?
A 認知症について勉強したうえで、愛情を持って接しましょう

③頭を使う
パズルや将棋、読書などの趣味を楽しむと良いでしょう。コンピュータやタブレットでインターネットに興ずるのもお勧めです。

これら3つの方法は、家族やパートナーの協力のもとに行うと続きます。もし、1人で行うのが困難な場合は、地域包括支援センターなどで各種予防教室を行っていますので、それに参加するのも良いでしょう。

Q 認知症を早期診断する方法は?
A 軽度認知障害(MCI)スクリーニング検査で簡単に調べられます

解説
検査方法は約7ccの採血だけです。血液中の特定のタンパク質を調べ、アルツハイマー型認知症の前段階である軽度認知障害(MCI)のリスクを統計学的に判断します。検査結果は2~3週間後に届きます。診断結果を受け、予防に向けてのアドバイスを受け、根気よく実践してください。

解説
認知症に関する情報は、書籍やインターネット上などいろいろ出回っています。情報収集し、正しい知識を身につけてください。そのうえで本人に対し、愛情を持って接することが大切です。