今回のテーマは“認知症”

徳島市地域包括支援センター　保健師　川添　圭子氏よりご寄稿いただきました。

認知症について

認知症は病気です。単なる老化現象とは違います。

認知症はいろいろな病気の総称のようなものであり、「頭痛」「腹痛」と同じように症状を表す言葉のひとつです。

腹痛が起きる原因が「胃潰瘍」「盲腸」といろいろな病気があるように、認知症の原因にも「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体型認知症」などいくつかの病気があります。

認知症を悪化させやすい高齢者に多い病気

脳血管障害
動脈硬化
糖尿病・高血圧・脂質異常症（高脂血症）
パーキンソン病
高齢者うつ
骨粗鬆症
甲状腺疾患　　など

高齢者は複数の病気を持っていることが多く、例えば、アルツハイマー型認知症の患者さんは、平均してひとりが３つの病気をもっていると言われています。

＊　＊　＊　＊　＊

認知症は長い時間をかけて少しずつ進行し、発病します。

たとえば、認知症の原因としてもっとも多いアルツハイマー型認知症の場合、80歳で症状が現れた人は、実は脳のなかでは50～60代から変化が始まっていることがわかっています。

アルツハイマー型認知症は「老人斑（βアミロイド）」というたんぱく質が脳のなかに溜まることから始まります。「βアミロイド」とは、脳の神経細胞がつくる、いわゆるゴミのようなものです。正常な人でも「βアミロイド」はつくられていますが、脳のなかの酵素などによって分解されるため、脳で増えていくことはありません。何らかの原因で産生と分解のバランスが崩れると、脳のなかに「βアミロイド」がどんどん溜まり、病気が進行していきます。

この「βアミロイド」が脳に溜まり始めてから、認知症の症状が出るまでには約20年以上かかるといわれています。

＊　＊　＊　＊　＊

人の名前が出てこない、置いた場所を忘れてしまった。

すべてが認知症とは限りません。認知症は、脳の病気によって認知機能が損なわれるために起こります。加齢とともに認知症のリスクは高くなりますが、年をとったからといって、全員が認知症になるわけではありません。