



宇都宮だより

発行所
宇都宮病院
和歌山市鳴神505の4
TEL 471-1111
発行・編集：企画室

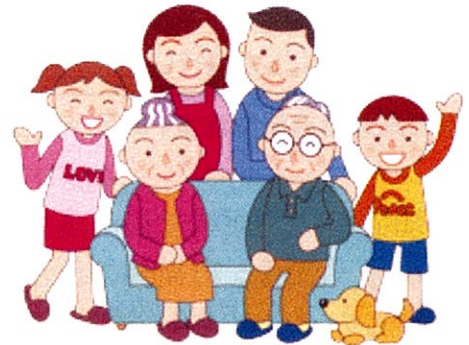
夏も終わり過ごしやすい季節になってきました。みなさんいかがお過ごしですか？急に寒くなる日もありますので、お体に注意して下さい。
さて今回は「認知症」についてお話します。

認知症

年をとるにしたがって、「物忘れがひどくなった」と感じる人は多いのでは？
この「もの忘れ」・・・ただのもの忘れで片付けていませんか？

以下のような症状はありませんか？

- ・もの忘れ、置き忘れの頻度が増える
- ・今日の日付が言えない
- ・自分の年齢が言えない
- ・小さな買い物でも、小銭ではなくお札で払う
- ・仕事の約束や通院の予定を忘れてしまう
- ・知っている道で迷う
- ・電話帳で調べて電話をかけられない
- ・5分前に聞いたことを、また聞く
- ・鍋をよく焦がすようになる
- ・料理をつくりたがらなくなる
- ・時計の絵や立方体の絵を描けない
- ・旅行先でお風呂に入れなくなる



1つでも思い当たることがあれば注意が必要です。

ここでは、知っているようで、実は正しく理解されていないことの多い認知症についてお話したいと思います。

（認知症）とは

脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断力などの障害がおこり、普通の社会生活がおくれなくなった状態と定義されています。



* 「認知症」と「もの忘れ」の違い

認知症は、はじめのうちは歳のせいによるもの忘れとの区別がつきにくい病気です。大きな違いの一つとして、認知症は体験のすべてをわすれてしまうのに対し、歳のせいによるもの忘れは体験の一部を忘れていているという点があげられます。

老化によるもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部分を忘れる	体験の全体を忘れる
記憶障害のみがみられる(人の名前が思い出せない、度忘れが目立つ)	記憶障害に加えて判断の障害や実行機能障害(料理・家事などの段取りがわからなくなるなど)がある
もの忘れを自覚している	もの忘れの自覚に乏しい
探し物も努力して見つけようとする	探し物も誰かが盗ったということがある
見当識障害はみられない	見当識障害(時間や日付、場所などがわからなくなる)がみられる
作話はみられない	しばしば作話(場合わせや話のつじつまを合わせる)がみられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
きわめて徐々にしか進行しない	進行性である

東京都高齢者施策推進室「痴呆が疑われたときに一かかりつけ医のための痴呆の手引き」1999より引用・改変

認知症の初期症状で最も多いのは、もの忘れですが、それ以外の症状ではじまることもあります。意欲、自発性の低下(やる気がおこらない、これまでやっていた事をしなくなった、ものぐさになった)やうつ症状、言葉の障害、注意力低下なども認知症の初期症状のことがあります。

そもそも、もの忘れはなぜ起こるのでしょうか？

もの忘れは、脳の神経細胞の減少や機能の低下によっておこります。

年齢を重ねるうちに「もの忘れが増えてきたな」と思う方は多いのではないのでしょうか。これは脳の神経細胞の減少という免れることのできない老化現象の影響で、誰にでもおこる「もの忘れ」です。

「認知症」は、通常の老化による減少より早く神経細胞が消失してしまう脳の病気です。

* 認知症の原因となる病気は？

認知症を引き起こす病気にはさまざまなものがあり、およそ70種類あるといわれています。

なかでも、代表的なのが、アルツハイマー病で、全体の約半数を占めます。次に脳梗塞などの脳血管障害が原因の認知症。また最近ではレビー小体病が増え、第三位を占めるようになってきました。原因となる病気によって違いがあります。

	アルツハイマー病	脳血管性認知症
発症年齢	70歳以上に多い	60～70歳に多い
男女比	女性に多い	男性に多い
自覚症状	なし	初期にめまい・頭痛・しびれ感
経過	徐々に進行する	階段状に衰退する
人格の変化	初期から変化が見られる	比較的少ない
合併する病気	なし	高血圧・心疾患・糖尿病など
特徴的な症状	そぐわない状況でも屈託なくにこにこしていて、多幸的、多弁病気の自覚が少ない	ちょっとしたことで涙もろくなる感情失禁、うつ状態、せん妄

* 簡単認知症チェック

認知症チェックには、一般的には、長谷川式認知スケールがあります。
(必要な方は当院受け付けに申し出て下さい)

* 治療法

治療法として薬物療法、非薬物療法、音楽療法があります。

- ・薬物療法：現在では、認知症状などを抑える漢方薬、抗不安薬などがあり、認知の進行を完全に止めることはできませんが、緩やかに出来ます。
- ・非薬物療法：昔話をする回想法や、刺激を与えるための音楽やペットを用いたレクリエーション療法や軽体操などがある。
- ・音楽療法：懐かしい音楽を聴き、手拍子をしたり、歌ったり様々な形で音楽とふれあう事により、脳の血流が活発になります。

* 認知症の方の接し方

認知症になっても一度にすべてのことができなくなるわけではありません。感情は残っています。人生の先輩として敬意をもって接することが大切です。

- ・失敗を責めない、叱らない、説教しない
- ・「あれ」「これ」という指示語は使わず、具体的に行動を促す
- ・言葉かけはひとつの行動ごとにする
- ・急ぎ立てないで、ペースをあわせる
- ・できないことはさりげなく手伝う
- ・ゆっくり話す
- ・名前と呼ぶ

お知らせ

今年もインフルエンザの予防接種を行います。予約を受け付けていますのでご希望の方は当院受付にお尋ね下さい。

インフルエンザ予防接種の料金

65歳未満の方 1人	3,000円
65歳未満の方で2人以上で来られた場合 1人	2,500円
和歌山市民で満65歳以上の方 1人	1,200円

▼ワクチン接種のタイムスケジュール (2回接種例)



★1回接種のみの方は、11月中に予防接種を行って下さい。

※特に接種した方がよい人は、65歳以上の高齢者・慢性的な病気を持つ人・気管支喘息を持った人などは重症化を防ぐために予防接種が必要です。

又、上記の方と同居をしている方も予防接種を行って下さい。

ワクチンのインフルエンザ予防効果は、70～90%であるが、感染してもかるい症状ですみます。

年末年始のお休み

20年12月30日～21年1月4日

※急病の方の診察は、24時間受け付けておりますのでまずお電話下さい。

院内行事

9月10日(水) サンプルームで敬老会を行いました。

ゲームやカラオケ等でみんな楽しく過ごしました。



※往診を希望される方は、お気軽に窓口へ申し出て下さい。

医療法人 久仁会 宇都宮病院

和歌山市鳴神505-4
☎ 471-1111(代)

診療のご案内

診療時間

午前診療 午前9時～12時
夜間診療 午後4時～7時

診療科目

内科・胃腸科・呼吸器科・循環器科
肛門科・麻酔科・放射線科

※胃及び大腸内視鏡検査の予約、
随時受付しています。

当院への交通のご案内

車利用

日宮より東へ5分

バス利用

JR和歌山駅東口より
紀伊風土記の丘行き
団地西口下車すぐ