

『認知症は **早期発見** と **早期治療** が大事』

三戸中央病院メンタルヘルス科 非常勤医師
医療法人青仁会青南病院 病院長
はちのへ認知症疾患医療センター センター長



ふかさわ たかし
深澤 隆 先生

2025年には、65歳以上高齢者の約5人に1人が認知症になり、認知症予備軍の数も合わせると、65歳以上高齢者の約4人に1人が認知症またはその予備軍になると言われています。認知症は、誰にでも、どこの家族にも起こりうる身近な病気です。人生100年時代を元気で健康に過ごすために、認知症への理解を深めましょう。

認知症とは

人間の活動を制御している脳が、さまざまな病気によって働きが障害されることで記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出る状態です。75歳～79歳では8人に1人が認知症を発症しますが、年代が上がると患者の割合は増え、90歳以上では2人に1人が発症します。

認知症の症状

症状は、原因によって経過や現れ方、その治療法や対応も異なりますが、大きく3つに分けられます。また、認知症の進行や生活環境、体の病気や体調によって変化します。

◆中核症状

脳の細胞が病気で働かなくなることで、直接的に起こる症状を言います。記憶障害（覚えられない、すぐに忘れる）、見当識障害（時間の感覚が薄れる、道に迷う、周囲の人との関係がわからない）、理解・判断力の低下（筋道を立てて物事が考えられなくなる）、実行機能の低下（これまで出来ていた行動ができなくなる）などが代表的な症状です。

◆行動心理症状

中核症状によって引き起こされる症状で、幻覚、妄想、うつ、不安などの心理症状と徘徊、暴言・暴力、社会的に不適切な行動、興奮、拒絶などの行動症状があります。その人の性格や環境、心理状態、人間関係などが絡み合っているため、症状は人それぞれ異なり、接し方や日時によっても大きな差があります。

◆その他の身体症状

原因となる病気によって違いはありますが、さまざまな症状が体にも現れます。動作や歩行が遅くなる、便秘が悪化する、臭いに鈍感になるなどの症状が初期から現れることがあります。

診断と治療

現在は、以前に比べると症状の軽い段階でも認知症と診断され、治療を始められるようになっていきます。より早期から適切な対応や治療を始めて進行を抑制することで、良好な状態を保つことができます。原因によって、治療や手術などで症状が改善する認知症もあるため、いつもと異なる症状や日常生活での変化が見られたら、早めに医療機関を受診しましょう。

介護サービスの活用

早期から適切な介護サービスを利用することで、認知症の進行を予防し、症状を和らげられる可能性があります。また、本人の苦痛や家族の介護負担の軽減、専門家から具体的なアドバイスやさまざまな援助を受けることができます。日常生活で困っていることや悩みなどを、介護スタッフへ気軽に相談してみましょう。

早期発見のメリット

早期に診断を受けて治療を始めることで、本人が変化に戸惑う期間を短くでき、その後の暮らしに備えるために、自分で判断したり家族と相談したりできます。また、家族が適切な介護方法や支援サービスに関する情報を早期から手に入れ、早い段階から認知症との向き合い方を学ぶことで、日常生活への対応や将来への不安に備えることもできます。

早期発見のポイント

「年をとったから仕方ない」「元々の性格だろう」と考えていると、対応が遅れて症状が進行してしまいます。ここで、認知症の可能性を考える手がかりを紹介します。これらの項目に該当するからといって必ず認知症であるとは限りませんが、該当する項目が複数ある場合は要注意です。自分でこれらの初期症状を確認し、家族にも確認してもらいましょう。

認知症早期発見チェックリスト	
もの忘れがひどい	人柄が変わる
電話を今切ったばかりなのに、相手の名前を忘れる	少しのことで怒りっぽくなった
同じことを何度も言う・聞く・する	周りへの気づかひが無くなり、頑固になった
しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている	自分の失敗を人のせいにする
財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う	「最近、ようすがおかしい」と周囲から言われた
判断力・推理力が衰える	不安感が強い
料理・片付け・計算・運転などの失敗が多くなった	ひとりになると、怖がったり寂しがったりする
新しいことが覚えられない	外出時、持ち物を何度も確かめる
話のつじつまが合わない	「頭が変になった」と本人が訴える
テレビ番組の内容が理解できなくなった	意欲がなくなる
時間・場所がわからない	下着を替えず、身だしなみを気にしなくなった
約束の日時や場所を間違えるようになった	趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
慣れた道でも迷うことがある	ふさぎ込んでなにをするのも面倒がり、拒む

『「公益社団法人認知症の人と家族の会」のホームページより一部改変・引用』

どこに相談したらいいの？

認知症の診療を専門とする診療科を受診すると良いですが、まずは、かかりつけの医師やスタッフに相談しましょう。その後、必要に応じて専門の医療機関を紹介してもらいましょう。かかりつけの医療機関がない場合やどこを受診すれば良いかわからない場合、認知症が疑われるご本人が受診を拒む場合は、地域包括支援センターや認知症の人と家族の会、認知症疾患医療センターなどに相談しましょう。

深澤先生からの **アドバイス**

今回は、認知症の特徴や早期発見のポイントについて紹介しました。約6年間、メンタルヘルス科で多くの認知症の患者さんを診察してきましたが、認知症の症状がだいたい進行してから初めて受診する方も未だに数多くいらっしゃいます。数年前から本人や家族が症状や変化に気付いていても、本人が病院に行きたがらなかったり、家族がまだ大丈夫だろうと思ったりして受診が遅くなるようです。最近では、コロナ禍で人との交流が減り、症状への気づきや受診がさらに遅れています。また「認知症の検査に行きましょう」と言われると、受診に抵抗を感じる人が多いようです。かかりつけ医に相談し、いつもの診察の際に簡単な検査をお願いし、その後にメンタルヘルス科を紹介してもらおうと良いでしょう。「ちょっと相談してみよう」「脳の健康診断を受けてみよう」と考え、お気軽に相談してくださいね。

1月号は『認知症の発症と進行の予防』についてご紹介します。