

知って
おきたい

認知症の基礎知識



大和総研
健康開発センター
公認心理師
田島 美幸

2025年には認知症患者は約471万人、MCI*患者は約564万人と1000万人を超えると推計**されています。
認知症は誰もが罹りうる身近な病気です。認知症に関する正しい知識と情報を得ていきましょう。

1 認知症とは？

認知症とは、「一度、正常に発達した認知機能が後天的な脳の障害によって持続的に低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態」を指します。

認知症にはいくつかのタイプがあります(表1)。最も多いのは「アルツハイマー型認知症」で、脳神経が変性して脳の一部が委縮していく過程で起きます。物忘れの症状が多く、比較的ゆっくりと進行します。次に多いのは、脳梗塞や脳出血などによる「血管性認知症」です。障害部位によって症状は異なりますが、一部の認知機能は保たれる「まだら認知症」が特徴です。その他、現実には見えないものが見える幻視や、手足が震えたり歩幅が小刻みになるパーキンソン症状が現れる「レビー小体型認知症」、感情の抑制が効きにくくなる等の症状が現れる「前頭側頭型認知症」などがあります。



表1 認知症のタイプとその特徴

	アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症	血管性認知症	前頭側頭型認知症
脳の変化	アミロイドβの蓄積や神経原線維の変化が、海馬を中心に広範囲に出現し、脳神経細胞が破壊される	レビー小体の蓄積により、脳神経細胞が破壊される	脳梗塞、脳出血などの脳卒中によって、血流が滞ることによって脳細胞が破壊される	詳しい原因は不明
初期症状	もの忘れ	幻視・幻聴	脳卒中を起こした部位により異なる	社会ルールに反する言動
特徴的な症状	・認知機能障害(もの忘れなど) ・見当識障害 ・判断力や理解力の低下 ・失語、失認、失行 など	・パーキンソン症状 ・幻視・幻聴 ・レム睡眠行動異常症 ・自律神経症状 など	・記憶障害 ・運動障害 ・意欲低下 ・感情のコントロールが効かなくなる など	・怒りっぽくなる ・我慢が効かなくなる ・同じパターンの行動を繰り返す ・意欲低下 など
経過	記憶障害からはじまり広範な障害へ徐々に進行する	調子の良い時と悪い時を繰り返しながら進行する	脳卒中を繰り返すたびに段階的に進行する	進行するにつれて意欲低下が顕著になり、症状が目立ちにくくなる

2 認知症の症状

認知症の症状は、多くの方に見られる中核症状と、そこに本人の性格や環境の変化などが加わって起こる心理・行動症状***に大別できます(図1)。「同じことを何度も言ったり聞いたりする」「しまい忘れや置き忘れが増えて、いつも探し物をしている」等は記憶障害の症状です。また、「今日が何曜日なのか分からなくなる」「慣れた道なのに迷ってしまう」等は見当識障害の症状です。

認知症に伴う主な心理・行動症状には、「憂うつでふさぎ込んだり、何をしても億劫がる」「怒りっぽくなる」「自分のモノを誰かに盗まれたと疑う」「外出しても途中で道を忘れて帰れなくなる」などがあります。

図1 認知症の症状



出典: 認知症ねっと <https://info.ninchisho.net/>

3 早期発見のために

物忘れなどの自覚症状があっても、診断されるのが怖くて受診できない方もいます。覚えておいていただきたいのは、認知症は「脳の病気」だということです。早期発見のメリットがあります。

早期発見のメリット

① 治療によって回復する病気がある

うつ病、甲状腺機能低下症等の内分泌疾患、ビタミンB1欠乏等の代謝・栄養性疾患、正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫などでも、認知症に似た症状が起こることがあり、治療によって症状が改善します。

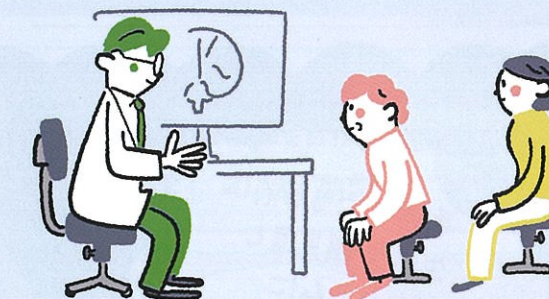
② 進行を遅らせることができる

認知症を完治させる薬は今のところありませんが、症状を和らげたり進行を遅らせたりするお薬が開発されています。



③ 今後のことを自分で考えることができる

認知症と診断されたからといって、急に生活が変わるわけではありません。自分が今後どのように生きていきたいか、家族や周囲の人にどのように関わってほしいのかなど、自分で考え決めることができます。



気になる症状がある場合、まずはかかりつけ医に相談しましょう。あなたの健康状態や病歴を踏まえて、認知症疾患医療センターや認知症専門の医療機関を紹介してくれます。かかりつけ医がない方は、精神科、脳神経内科、脳神経外科等に行くとよいでしょう。また、お住まいの地域の地域包括支援センターに行くと、近隣の医療機関についてアドバイスをもらうこともできます。医療機関では、認知機能検査、血液検査・脳脊髄液検査、画像検査(MRIやCT)等を行い、総合的に鑑別診断を行ってくれます。

* MCI 軽度認知障害; Mild Cognitive Impairment
** 2024年5月の認知症施策推進関係者会議の資料より抜粋
*** 心理・行動症状; Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia(BPSD)

今回は「認知症の方との上手な接し方」についてです。