認知症について正しい知識をもちましょう



「普通のもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。朝ごはんに何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、普通のもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は認知症が疑われます。

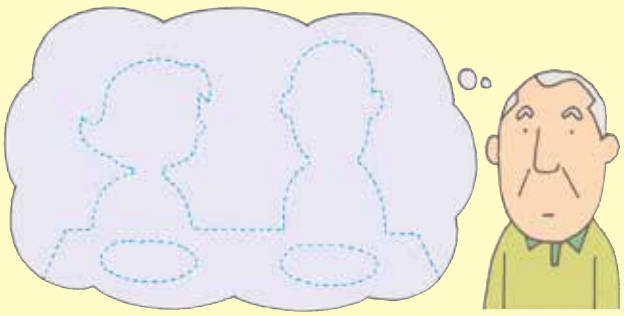
普通のもの忘れ



- 体験や出来事の一部を忘れるが、体験のほかの記憶から、忘れた部分を思い出すことができる。
- もの忘れをしている自覚がある。
- 人物や時間・場所までわからなくなることはない。

⇒日常生活に大きな支障は出ない

認知症によるもの忘れ



- 体験や出来事のすべてを忘れてしまうため、ヒントがあっても、思い出すことができない。
- もの忘れをしている自覚がない。
- 人物や時間・場所までわからなくなることがある。

⇒日常生活に支障が出る

知っておきたい3大認知症の特徴

アルツハイマー型認知症

いちばん多い認知症で特に女性に多い。脳の全般的な機能低下が少しずつ進行する。早期発見と治療で進行を遅らせることができる。

血管性認知症

男性に多く、脳梗塞（こうそく）や脳出血など脳血管障害のあとに発症する。高血圧や脂質異常症など脳の動脈硬化の原因となる病気に注意が必要。

レビー小体型認知症

男性に多く、手足のふるえ、筋肉の硬直などが起こりやすい。また、実際には存在しないものが見える幻視などの幻覚症状も特徴。

「軽度認知障害（MCI）」の発見と対処が重要です

認知症は現在根治が望めない病気なので、その予防対策は大変重要です。「軽度認知障害（MCI）」とは認知症の前段階で、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活は送れる状態です。この段階で発見し適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防または先送りできるといわれています。ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。