

1. 認知症を理解する

1 認知症とは

認知症とは、脳の細胞の欠乏や脳の司令塔の働きに不都合が生じ、さまざまな障害が起こり、生活するうえでの支障がおおよそ6か月以上継続している状態を指します。

＜認知症を引き起こす主な病気＞

アルツハイマー型 認知症	大脳皮質連合野や海馬領域を中心にβアミロイドというタンパク質のゴミ、続いてタウタンパクが神経細胞内に蓄積し、神経細胞のネットワークが壊れると発症。比較的早い段階から記憶障害、見当識障害のほか、不安・うつ・妄想が出やすい。
レビー小体型認知症	パーキンソン症状や幻視を伴い、症状の変動が大きい。
前頭側頭型認知症	司令塔役の前頭前野を中心に傷害されるため、我慢したり思いやるなどの社会性を失い、わが道をいく。
脳血管性認知症	脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れて、意欲が低下したり複雑な作業ができなくなる。

※認知症の原因によっては、早期診断・早期治療により症状改善や進行を遅らせることができる場合もあります。

2 軽度認知障害（^{エムシーアイ}MCI : mild cognitive impairment）

日常生活に影響を及ぼす程度ではないため認知症と診断されませんが、記憶障害などの軽度の認知機能障害が認められ、正常とも言い切れない中間的な段階を軽度認知障害（MCI）と呼びます。この状態にとどまっている人、健常に戻る人もいますが、1年で5～15%が認知症に移行するといわれています。

3 若年性認知症

18歳から64歳で発症する認知症を若年性認知症といいます。「予定の日がちや、約束の時間を忘れることが多くなった」「単純なミス（書き間違い・計算間違い等）が多くなった」といった気になることがありましたら、早めに受診しましょう。

＜認知症と診断を受けた方・家族からの声＞



すぐに物をなくしたり、
なくしたことを忘れたりする。
いつものところにある
から分かるとは限らない。

自分はもの忘れかなと
思っていたけど、友人から
認知症じゃない？と言
われて気づいた。できる
こともあるので、最初は
認知症であることが信じ
られなかった。



認知症は誰にでも起こりうる
脳の病気ですが、自分・家族が
認知症と診断されたとき、本人
も家族も大きな不安を持ちます。
まずは認知症に関する正しい知
識と、認知症の人への正しい理
解を深めることが大切です。



（若年性認知症の方の家族より）
夫が、仕事のミスが増えて若年
性認知症と診断された。まさか自
分の家族がなるとは思わなかった。
これからの生活が不安になった。