

東北大と本紙 サイエンス講座

目黒謙一・東北大大学院
医学系研究科教授

国内に462万人(2012年)と推計される高齢者の認知症。予防は可能なのか、また、発症した場合のケアはどうあるべきなのか。東北大と読売新聞東京本社が共同で企画し、1月29日に仙台市で開かれた講演会「市民のためのサイエンス講座2014」では、3人の専門家が「これまでわかった認知症、予防とケア」と題して、認知症の基礎知識と最新の研究成果などについて語った。講演内容を詳しく紹介する。



認知症でも安心な社会を

認知症とは、脳の病気によって記憶力や判断力などの認知機能に障害が起き、日常生活に支障を来している状態。その原因となる病気は様々だ。

最も多いのはアルツハイマー病で認知症の約60%に上る。脳にベータアミロイドという物質がたまり、記憶をつかさどる海馬が萎縮する。健康な高齢者の物忘れは、人から聞いた話を忘れるのに対し、この病気では、自分が体験したことを忘

れてしまう。抗認知症薬で進行を遅らせながら、向精神薬で行動障害を軽減し、頭や体を使う活動で生活の満足度を上げるとよい。

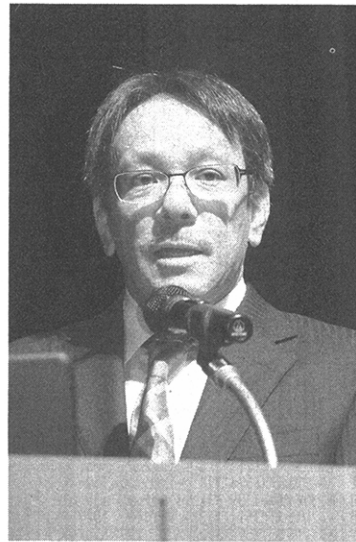
次に多いのが、脳血管障害で20%程度。原因は脳卒中で、マヒや失語症などがあるため一見、重症のように見えるが、比較的、人格は保たれている。薬剤による再発防止やリハビリなどが有効。ほかに、実際にはいない人や小動物などが見える

「幻視」が特徴のレビー小体型などがある。

認知症の重症度を0〜3の数字で示す検査「臨床認知症評価法(CDR)」では、結果が0なら健常。認知症に移行する人は、年間4%未満なので、あまり神経質にならない方がいい。0.5なら、年間10〜15%程度

脳健診 受けて

木之村重男・画像医学
と脳健診診療所所長



日本人が寝たきりになる原因の6割は、脳の病気が占めている。認知症のうち、20〜30%に上る脳血管性認知症の原因となる脳卒中は、健診により、ある程度予測、コントロールが可能

だ。脳卒中のうち、動脈瘤が破裂して起きるくも膜下出血は、破裂前に見つけて、外科手術やカテーテル(細い管)による処置を行うことで、防ぐことが出

が認知症になるため、認知症予備軍といわれている。定期的に脳健診を受けてほしい。1以上は、認知症。医師の診断を受けて、病気に合わせた治療を始める必要がある。我々の研究では、頭や体を使う活動は、一時的に認知機能を改善させたものの、発症を遅ら

せる効果は確認できなかった。現在、様々な活動の予防効果を確かめる研究が世界中で進められているところだ。現時点では、「ボケないために、これをしましよう」ではなく、「ボケても安心して暮らせる社会を作りましょう」という考え方を持つことが大切だ。

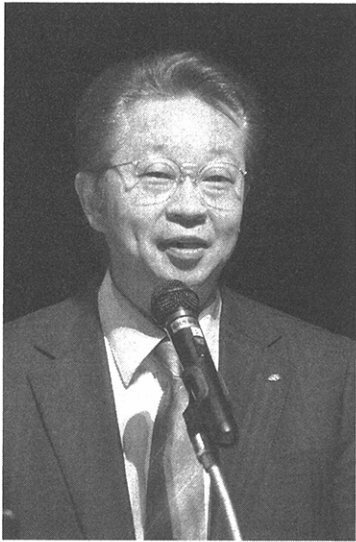
来る。

脳梗塞は、脳の血管が詰まり、脳細胞が酸素や栄養をもらえなくなつて死んでしまう。脳出血は、脳の血管が破れて出血すること、脳が圧迫されて壊れる。いずれも、高血圧や脂質異常症などの治療と、喫煙・飲酒習慣の見直しや体重管理が重要だ。男性は45歳を超えてから、女性

性は閉経した後、急速に血管が硬くなるので、特に注意が必要。一般健診、特定健診はもちろん、脳健診もきちんと受けて、予防に努めてほしい。

「見えざる障害」

山崎英樹・いずみの
杜診療所医師



認知症は、一見しただけでは病気と分かりにくい「見えざる障害」だ。周りの人から「なぜそんなこともできないのか」と責められてしまい、互いの間の

溝が深まってしまふ。豪州の高級官僚で、認知症になったクリスティーン・ブライデンさんの著書には、当事者の心情がつつらられている。記憶を

保てなくなっているのに、周囲に理解してもらえなかったり、物事を順序よく進めることができなくなつて疲れ果ててしまつたりする様子が描かれている。脳に障害があると、困っていても助けを求めることもできない。その苦勞を知ることが大切だ。また、医療や介護の専門家の知識と善意が、認知症の人に対する押しつけにつながることもある。その人「に」何ができるかではなく、その人「と」何ができるかを考えたい。