

精神科救急

～認知症について～

(公益財団)松原病院
 (医)福井心のクリニック
 (医)菜の花こころのクリニック(春江)
 嶺北認知症疾患医療センター
 福井市中央北包括支援センター(ホヤネット)
 (公益社団)福井被害者支援センター
 新老人の会福井支部事務局
 (公益社団)認知症の人と家族の会福井県支部
 松原六郎



認知症と予防

1. 一次予防
発症予防
2. 二次予防
早期発見早期対応
3. 三次予防
リハビリテーション
4. 四次予防
悪化防止、医療の対象にならないように

認知症の診断基準(DSM-III-R)

- A) 短期および長期の記憶障害の存在
- B) 以下のうち少なくとも1項目
 - 1) 抽象的思考の障害
 - 2) 判断の障害
 - 3) 失語、失行、失認など高次皮質機能障害
 - 4) 人格変化
- C) AおよびBは仕事、**日常生活活動**、または**他者との人間関係**を著しく障害している
- D) せん妄の経過中のみ起こるものではない



認知症と関係のある病気

生活習慣病

糖尿病、心臓病、循環障害、メタボ

アルコール、喫煙

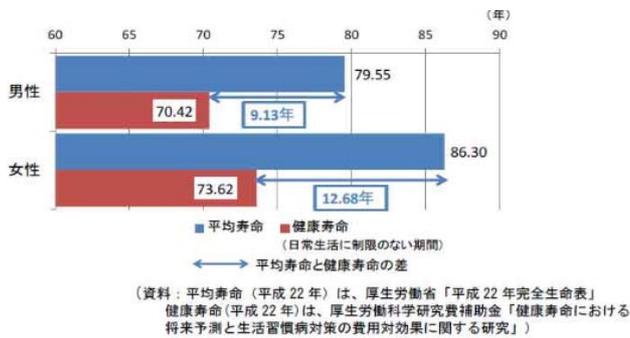
不要症候群

ロコモティブシンドローム、有酸素運動
知的プログラム

関係不明

うつ病

日本の平均寿命と健康寿命



平均寿命と健康寿命

(平均寿命) - (健康寿命) = 介護・寝たきり
健康寿命を延ばすため重要なもの

1. 生活習慣病をなおす
2. 栄養や食生活を考える
ほどほど飲酒、煙草はやめる
3. 歯を健康に
4. 運動、休養をこころがける
5. こころの健康 話す聞く

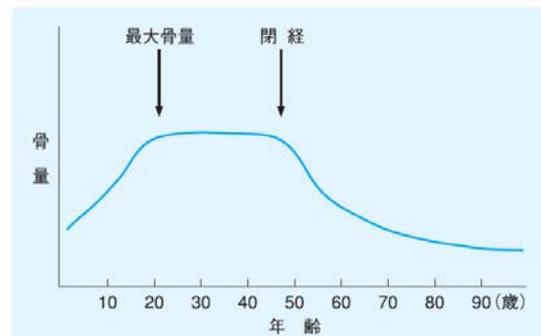
ロコモティブシンドローム 運動器症候群

運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す言葉

ロコモ度テスト が評価として有効

1. 立ち上がりテスト(脚力を調べる)
2. 2ステップテスト(歩幅を調べる)
3. ロコモ25(身体状態・生活状況を調べる)

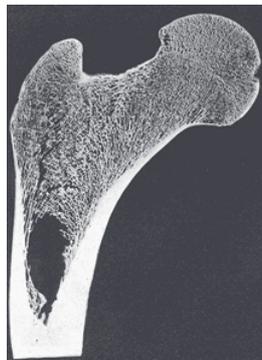
骨量の経年変化



鈴木隆雄日臨床2004; 62 225-32.

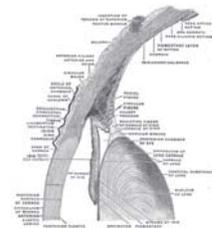
骨の老化

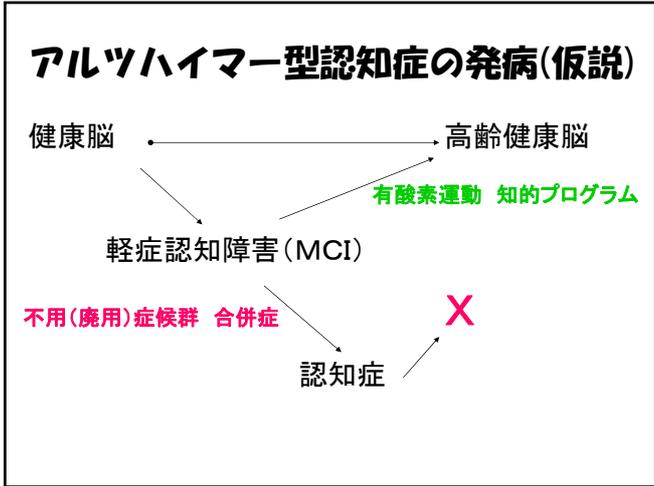
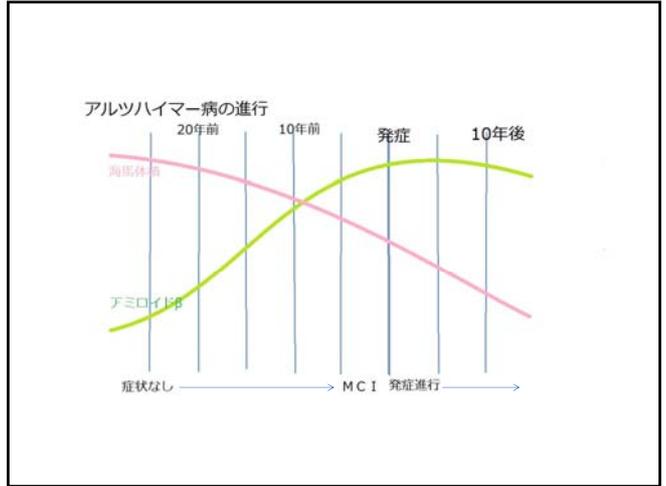
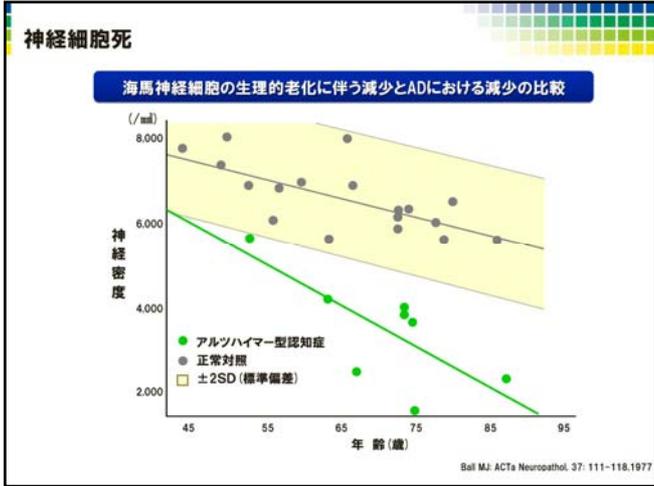
閉経後の骨粗鬆症
個人個人では必ずしも
そうではない



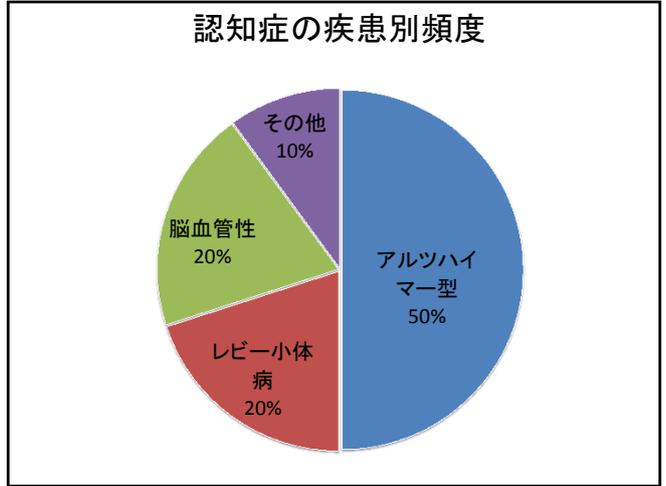
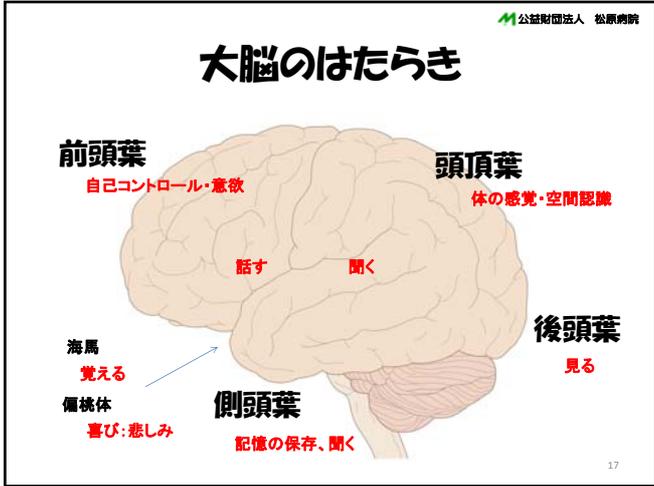
健康な人の老化

- 運動神経 刺激伝導速度↓
- 視力↓
- 聴力↓ 高音域
- 味覚・嗅覚↓ 甘味
- 排泄機能 頻尿 便秘
- 睡眠 入眠障害 中途覚醒回数、時間↑
深睡眠↓



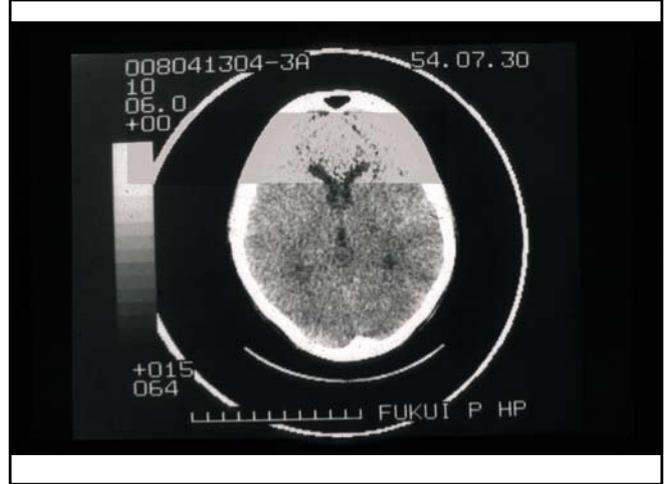
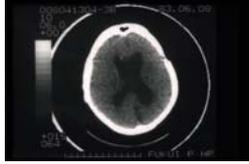


認知症の種類と症状



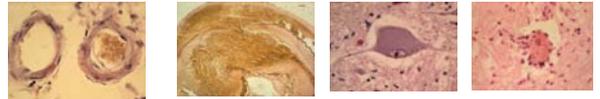
治せる認知症

- 頭蓋内占拠物による認知症
水頭症、血腫、腫瘍、膿瘍
- 脳の感染症
梅毒、結核種
- 内分泌疾患による認知症
甲状腺、副腎皮質



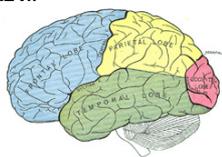
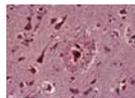
防げる認知症

- 血管性認知症
- 外傷性認知症
- 物質による認知症
アルコール、一酸化炭素中毒



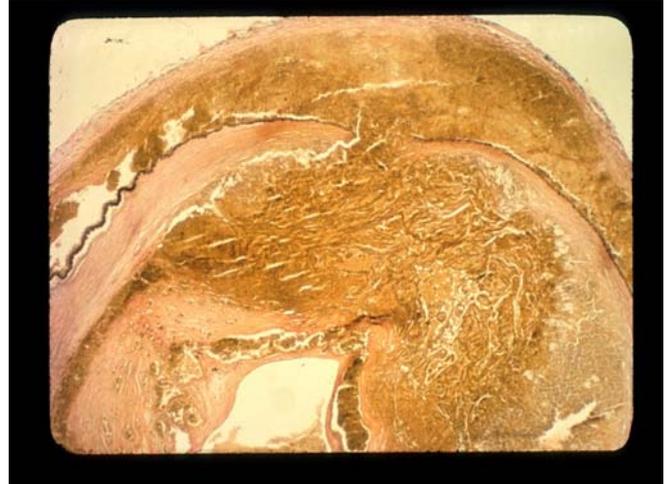
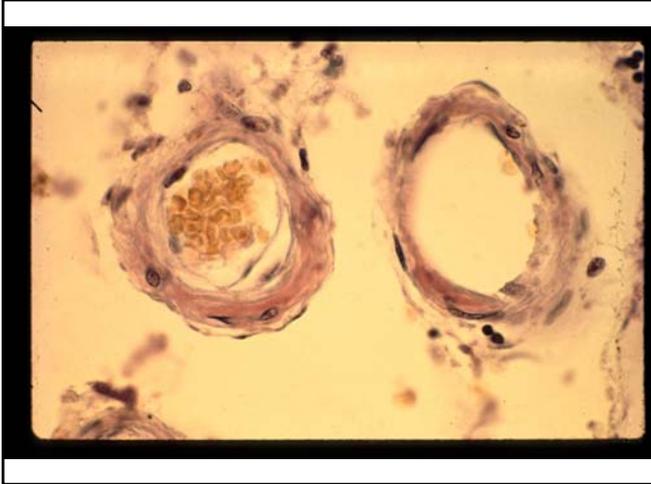
やっかいな認知症

- アルツハイマー型認知症
- DLB(レビー小体型認知症)
- FTD(前頭側頭型認知症)
- その他の一次性変性認知症
一種の舞踏病 他



脳血管性認知症

防げる認知症の代表

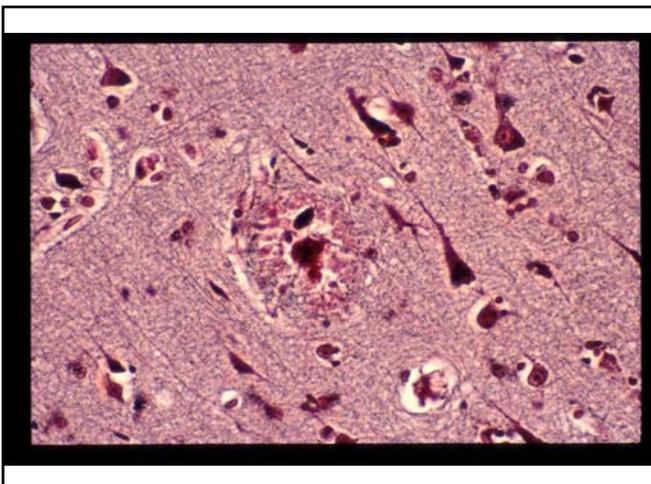


脳血管性認知症のリスクファクター

- 1, 加齢
- 2, 性別: 男性
- 3, 血圧: 高血圧、低血圧
- 4, 糖尿病
- 5, 低HDL-Chol血症
- 6, 心疾患: 弁膜症、心房細動
- 7, 脱水: 血液粘性亢進
- 8, 喫煙

アルツハイマー病

ちょっとやっかいな認知症



アルツハイマー病の リスクファクター

1. 年齢: 高齢
 2. 性別: 女性(男性の1.5倍)
 3. アポE4: 60歳代発症例に多い
アポE4は虚血性心疾患のリスクファクターでもある
 4. T-Chol: 中年期に252mg以上
 5. 疾病既往: 頭部外傷、甲状腺疾患、歯牙脱落
- ? アルミニウム、たばこ

若年性認知症の分類

1. 原因不明
アルツハイマー型認知症、前頭側頭型認知症(ピック病)、レビー小体病
2. 予防可能な認知症
脳血管性認知症、アルコール性認知症、感染性認知症(HIV, クロイツフェルト・ヤコブ、梅毒)、頭部外傷性認知症(ボクシング含む)、低酸素脳症、一酸化炭素中毒、腫瘍性

18歳から64歳までに発症した認知症、国内に10万人いるともいわれている。

認知症に似て非なるもの

1. うつ病
2. パーキンソン病
3. てんかん
4. 貧血症、低血糖
5. 意識障害(せん妄)
脱水、電解質、高熱、高血糖、尿毒症
薬の影響(安定剤、抗癌剤、インターフェロン)

認知症かどうか

	老化(正常)	認知症(疾病)
記憶障害	進行しない	進行する
性格	先鋭化	先鋭化、変化
異常症状	疑い深い	妄想
睡眠	減少	せん妄
排泄	尿もれ、失禁	失禁

認知症高齢者の心

- **自覚ある**ひとがむしろ多い
そのため認知症高齢者は必ず**不安**を抱えておられる
- 介護者の**表情や声のトーン**にはむしろ敏感
- 介護の基本は**援助と安心**

認知症の性格や気分の変化

- 先鋭化は正常でも起きる
- うつに注意が必要
- 認知症とうつ病の鑑別が難しいことがある
- アルツハイマー病の初発症状の30%は**うつ状態**(3人に1人はうつで発病する)
- うつ病は基本的にな**おる病気**(時間はかかる)

高齢者に多い妄想

- 若い人に多い妄想は注察妄想や迫害妄想、お年寄りには妄想は**盗られ妄想**が多い
- 盗られ妄想には一定の傾向がある
- 盗られ妄想はお年寄りの心を反映している傾向がある

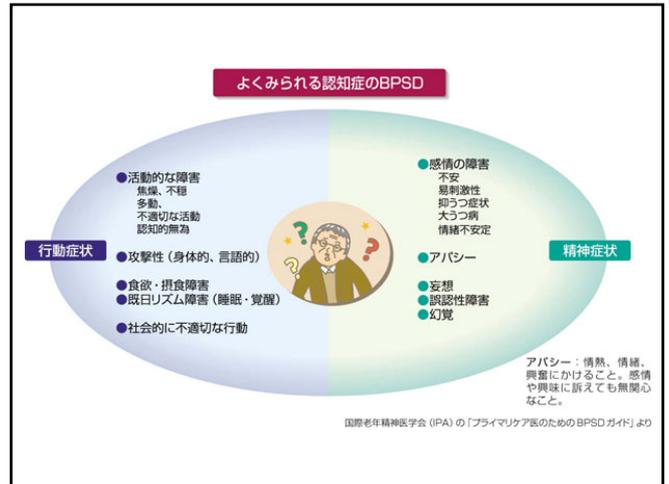
正常高齢者の睡眠

- 短時間睡眠の高齢者は基本的には**正常**
- 短時間睡眠の対処法
 - 1, 短くて良い
 - 2, 暗く静かな部屋で寝る
 - 3, もう少し夜ふかしを
 - 4, カフェインに注意、トイレは済ませて
 - 5, 健康食品を使いすぎない
 - 6, 睡眠薬は医師の指示通りなら安全

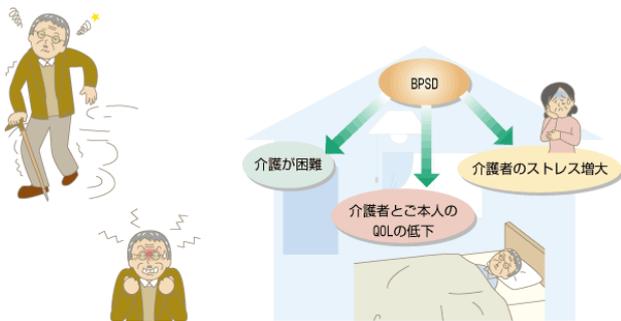
高齢者のせん妄

- **意識レベル**の低下(脳の障害)
- 脳になんらかの異常状態が起きている
必ず医師に相談を
- どこか身体に異常がないか
熱、脱水、薬など
- 叱ることはしない、押さえたりは最小限

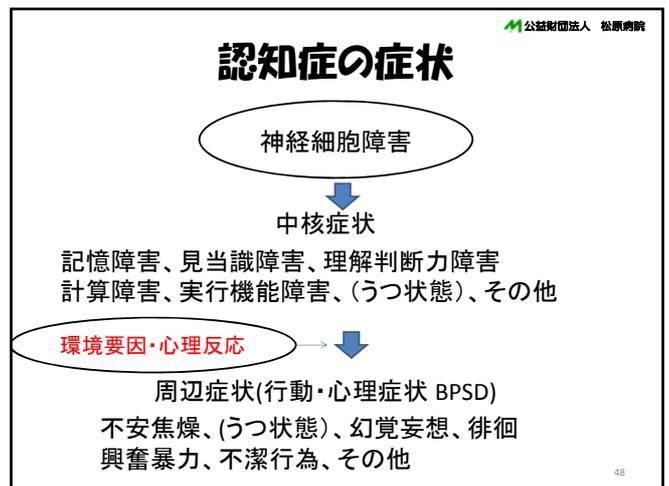
BPSDとその対応

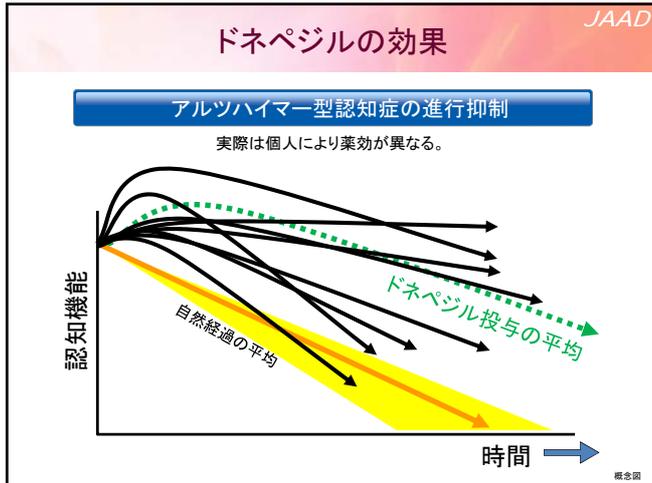


BPSDで介護者とご本人のQOLが低下



認知症の症状





ドネペジルの副作用

消化器症状 下痢など

徐脈

ぜん息やその悪化

まれに

胃潰瘍

不整脈

認知症の非薬物的治療

1. 回想法
2. 現実見当認知訓練
3. 神経心理学的認知訓練
4. 音楽療法
5. 動物療法
6. 外的補助
7. 環境調整

認知症前段階への手当

活発な生活習慣の促進が認知機能の維持に有効である

Abbottらは、運動可能な71-93歳のハワイ在住の日系アメリカ人男性2257名を対象として、1日当たりの運動距離と5年後の認知症発症の関連を調査した。追跡期間中に158名の認知症患者が確認された。年齢補正後も、歩行最小群(1日当たり0.4km未満)では、1日当たり3.2km超群に比して約1.8倍認知症の発症リスクが高かったことを報告。

認知症や機能低下を予防するとは

1、病気の予防

2、不用(廃用)症候群の防止

地域包括ケアシステムの2本の柱

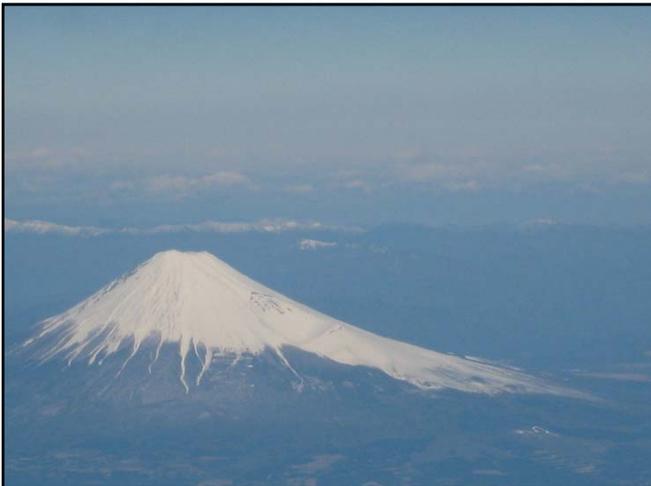
1. 地域住民主体 Community-based Care

2. 予防—医療—介護 Integrated Care
かかりつけ医が最前線

住民とともに「限られた資源のなかで」

地域での認知症対策の流れ

- 予防 行政 住民 かかりつけ医 認知症疾患医療センター
- 早期発見 検診 初期集中チーム・かかりつけ医 手帳
- 診断前連携 包括支援センター かかりつけ医
- 早期診断・治療 かかりつけ医 専門医のバックアップ ICT
- 医療・介護連携 専門医・かかりつけ医・介護 見える事例研



シンプル・グッドバイ ジム・ミューレ

「サヨウナラ」 電光掲示板の文字が闇に浮かぶ。
日本人にとって国をあげての大事業は終わり、メダルは渡され、幕は下ろされた。
雨宿りをしていたら、傘をさしかけてくれた少年、土砂降りの雨の中、自らのレインコートを脱いで貸してくれた青年、チップを取らないタクシーの運転手、笑顔のエレベーターガール。
さようなら、この美しい親切な国日本。
私は、この国全体に金メダルを贈りたい。

「ひとりで悩まないで！

私はずっとあなたのそばに
いますから。」



Thank you

聞いていただいて
ありがとうございました。

Rokuro Matsubara
松原六郎

