

ぬまピタル



沼津市立病院 広報誌

2018年4月1日号

vol.5



●シリーズ「専門家にきく」
神経内科部長 姉崎利治 医師
認知症について

神経内科部長 姉崎利治 医師

認知症について

「久しぶりに会った友人の名前がどうしても思い出せない・・・」このようなことは、年を重ねると誰でも経験するものです。しかし、「もの忘れ」には加齢によるものと認知症によるものに区別され、それぞれに特徴があります。今回は認知症に関するさまざまな疑問を、神経内科部長・姉崎医師に伺いました。

Profile

1986年に新潟大学を卒業後、同大学脳研究所神経内科に入局。各医療機関を経て、2003年より当院で勤務。神経内科診療に携わる。プライベートではハイキングを趣味にしており、休日には香貫山を登山。頂上からの景色を堪能し、身体をリフレッシュさせている。

(専門分野・資格)

- 日本内科学会総合内科専門医
- 日本神経学会認定神経内科専門医・指導医
- 臨床研修プログラム責任者
- 臨床研修指導医

認知症の定義と患者数

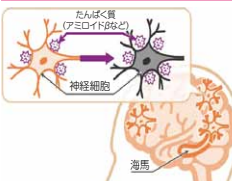
Q・認知症とは。

A・認知症は、脳の働きの低下が原因となり引き起こされるさまざまな症状のことです。認知症にはいくつか種類がありますが、最も代表的なものがアルツハイマー型認知症です。

Q・患者数の動向は。

A・認知症患者は、年々増加傾向にあり、団塊の世代が七十五歳を迎える二〇二五年には、患

認知症の基礎知識



たんぱく質(アミロイドβ) 神経細胞 海馬

●認知症になる主な原因

認知症は、さまざまな病気により脳の働きが低下して起こる一連の症状を指す言葉で、病名ではありません。認知症の原因となる病気にはいくつか種類がありますが、一般的に良く知られているアルツハイマー病などは、脳内に異常なたんぱく質がたまることにより脳細胞が死滅し、障害が起こることに起因しています。

●加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い

	もの忘れ	症状の進行	判断力	自覚	日常生活
加齢によるもの忘れ	体験したことの一部を忘れる	あまり進行しない	低下しない	もの忘れを自覚している	支障はない
認知症によるもの忘れ	体験したこと自体を忘れる	だんだん進行する	低下する	もの忘れの自覚がない	支障をきたす

※出典：認知症ねっと

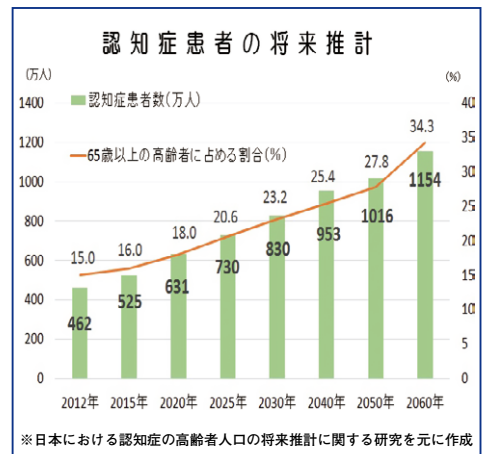
Q・診断方法は。

A・認知症の疑いのある患者さんには、必ず血液検査・画像診断を行います。アンモニアや甲状腺機能などを測定したり、頭部CTやMRIを施行したりすることで治療可能な疾患を見逃

認知症の診断と治療

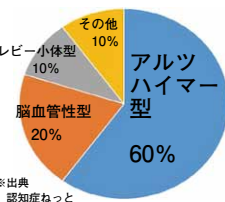
なります。

者数は七百万人を越えると推計されています。これは、六十五歳以上の高齢者の五人に一人が認知症を発症するという計算になります。



●認知症患者の6割！アルツハイマー型の主な症状

- ①記憶障害
代表的な症状がもの忘れ。例えば、会う約束をしていても約束したこと自体を忘れてしまう。
- ②判断力の低下
例えば料理をする際、調味料をどれくらい入れたらよいかや、どんな食材を使うかなどの判断ができなくなる。
- ③見当識障害
今日の日付がわからなくなったり、自分がいる場所がわからなくなったりする。トイレの場所もわからなくなり、失禁してしまう場合も。



●アルツハイマー型の予防策

生活習慣を見直すことのほか、十分な睡眠をとることが予防につながると考えられています。

睡眠不足の人は十分に睡眠がとれている人の5倍もアルツハイマー型認知症になりやすいというデータもあるため、毎日しっかりと睡眠時間をとることが重要です。

ささないように心がけています。また、認知機能テストの一つである「長谷川式認知症スケール」(注)と呼ばれるアンケート形式の診断法もあり、得られた点数から認知症の疑いを判定することができます。

Q・有効な治療法は。
A・アルツハイマー型認知症では、アミロイドβというたんぱく質が蓄積しますので、その沈着を抑制する免疫療法や、たんぱく質の産生を抑制する阻害薬

認知症の予防

などの研究が行われていますが、有効な治療法が確立されているわけではありません。

Q・予防は可能か。

A・認知症を完全に予防することは困難ですが、認知症が発生するリスクを抑えることは重要です。認知症の危険因子としては、肥満・高血圧・脂質異常症などが考えられています。動脈硬化による血管の老化・糖尿病・脂質異常症などによる代謝の老化がアルツハイマー型認知症や脳血管性認知症の進行を早めるとされていることから、ご自身の生活習慣を見直すことが予防につながると考えられます。また、性格要因としては、実直な性格の人や、高い目的意識を持った人は認知症になりにくいといわれています。適度な運動



今回のインタビュアーは、近藤薬剤部長が勤めました。

インタビューの様子は当院のホームページで公開中です。こちらのQRコードからご視聴ください。



(注) 精神科医の長谷川和夫氏が開発した簡易知能検査。見当識、記憶など九項目からなり、三十秒満点中、二十秒以下で認知症の疑いが高まるとされる。

Q・読者にメッセージを。
A・認知症の原因究明や根本的な治療についての研究が行われていますが、残念ながら特効薬はまだありません。認知症患者さんが暮らしやすい社会の実現のため、家族や周囲の人が認知症について理解し、認知症患者さんをサポートしていくことが最も重要であると考えます。

認知症患者さんへの理解を

を心がけるとともに、将棋や囲碁などの認知刺激を伴う余暇活動も楽しむことが、認知症予防の上で大切となります。

認知症セルフチェック！



認知症はあなたの知らないところで進行しているかもしれません。認知症は、早期発見、予防が大切になりますので、下のチェックシートで、セルフチェックをしてみましょう。

チェックシート

- | | | |
|--|--|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> ①同じことを言ったり聞いたりする | <input type="checkbox"/> ②物の名前が出てこなくなった | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ③置き忘れやしまい忘れが目立ってきた | <input type="checkbox"/> ④以前はあった関心や興味が失われた | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ⑤だらしくなった | <input type="checkbox"/> ⑥日課をしなくなった | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ⑦時間や場所の感覚が不確かになった | <input type="checkbox"/> ⑧慣れた所で道に迷った | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ⑨財布などを盗まれたという | <input type="checkbox"/> ⑩ささいなことでも怒りっぽくなった | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ⑪複雑なテレビドラマが理解できない | <input type="checkbox"/> ⑫夜中に急に起きだして騒いだ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ⑬蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

※出典：認知症フォーラム.com



3つ以上にチェックが入った方は医療機関（精神科、神経内科、認知症外来、もの忘れ外来など）にご相談されることをお勧めします。



放射線科では、エックス線やラジオアイソトープを利用した核医学検査を行ったり、MRIや超音波診断装置等の医療機器を操作し、画像情報を提供することで、医師の診断をサポートしています。

放射線治療のための計画立案や照射を行い、高度な医療サービスを提供できるよう、日々努力しています！

前列中央が藤本部長、左隣が望月技師長。

PICK UP

人間ドックが新しくなりました！

当院では、沼津市をはじめとする地域のみなさんの「がん」や「生活習慣病」等の早期発見や健康保持のため、人間ドックの受診を勧めています。多くのみなさんのニーズに応えられるよう、平成30年4月から、**オーダーメイド型**に変更しました。



オーダーメイド型とは

検査項目一覧の中にあるすべての検査項目を、受診される方のニーズに合わせて、自由に組み合わせることができます。
〔⑩問診・診察〕は必須項目です。

オーダーメイド型のメリット

- 勤務先で行った健康診断項目を省略することで、検査費用の軽減が可能となります。
- ※人間ドック受診後に「要再検査」や「要受診」と判定された場合、かかりつけ医の紹介状がなくても更に詳しい検査や診察を受けることが可能です。

申込みについて

当院人間ドックは**完全予約制**です。

- 申込み時期：検査希望日の3週間前まで（予約状況によっては希望日に予約できない場合がありますのでご了承ください）。
- 申込み方法：電話（055-924-5100 医事課 人間ドック担当）または来院にて
- 受付日、時間：月曜日から金曜日（祝・休日及び年末年始を除く）
午前8時30分から午後5時まで

※人間ドックに関する詳細は、当院ホームページで。[沼津市立病院](#) **検索**

(検査項目一覧)

基本コース	オプション項目
①身体計測	⑪上部消化管エックス線検査
②生理検査	⑫ヘリコバクター・ピロリ抗体検査
③胸部エックス線検査	⑬大腸内視鏡検査
④上部消化管検査（胃カメラ等）	⑭乳がん検診
⑤腹部超音波検査	⑮子宮がん検診
⑥血液検査	⑯脳ドック
⑦尿検査	⑰動脈硬化検査
⑧便検査	⑱認知症予防検査
⑨骨粗しょう症検査	
⑩問診・診察	



INFORMATION

行事・イベント情報

●看護師・助産師採用試験（予定）

[5月12日（土）、6月16日（土）、7月14日（土）]

上記日程に併せて、他職種の試験を行う場合もあります。募集する職種等、採用試験に関する情報は随時、病院ホームページでお知らせします。

●健康まつり2018 [6月30日（土）]

今回で3回目となる健康まつり。医療体験コーナー、健康チェックコーナーなど、どなたでも楽しめるイベントです！たくさんの方のご参加をお待ちしています！

詳細はホームページの**新着情報**を **CHECK!**



● 下向きは転ぶ原因
● 足元はいつも見ている
● 急がずに背筋を伸ばし
すくわれる
前向いて
足上げて

転倒・転落防止

川柳

医療安全作業部会では、転倒予防の一環として、院内において転倒・転落防止をテーマに川柳を募集しました。この中から各号で作品を紹介します。

沼津市立病院

【基本理念】

市民のために 共に歩む病院

〒410-0302 沼津市東椎路字春ノ木550

発行：広報委員会・病院管理課企画係

Tel：055-924-5100（内）2370 mail：byoin-so@city.numazu.lg.jp

[沼津市立病院](#) **検索**

次号（H30年7月）の「専門家にきく」は、耳鼻いんこう科・佐々木医師「めまいと中耳炎」（予定）ぬまピタルについてのご意見、ご感想をお寄せ下さい。

R70

古紙パルプ配合率70%再生紙を使用