

認知症を知る

※長尾和宏先生には29回の長年に亘り連載いただきました。ありがとうございました。引き続き豊國先生による認知症講座を連載していただけるようになりました。“認知症”に対しての不安はだれもが持っていると思います。恐れる前にまずは“認知症”について教えてもらいましょう。

医療法人社団裕和会
三和クリニック

とよくに たけひろ
豊國 剛大 先生

- 職歴
- 2005年 滋賀医科大学 卒業
- 2005年 神戸大学医学部附属病院 初期研修医
- 2007年 市立加西病院 内科、神戸大学医学部附属病院 総合内科、神戸ほくと病院 内科に勤務
- 2016年 長尾クリニック 勤務
- 2022年 長尾クリニック（現・三和クリニック）院長就任



第1回 認知症の周辺症状について

認知症の症状には「中核症状」と「周辺症状」と呼ばれるものがあります。

「中核症状」は、記憶障害、見当識障害、失行、失認、実行機能障害など認知機能の障害による症状で、「周辺症状（BPSD）」は、認知症の行動と心理症状のことで、不眠、幻覚、妄想、抑うつ、不安、易怒性、暴言、徘徊、介護への抵抗などの症状です。

介護者が対応に苦慮するのは中核症状よりも周辺症状のことが多いですが、周辺症状は周囲の環境や対応、性格などが影響して起こるため、行動の背景にあるものを考え、本人に寄り添った対応をすることが大切です。周辺症状に対する薬をすぐに追加するものではありません。

周辺症状の悪化の要因としては、「今飲んでいる薬剤」、「身体合併症」、「家族・介護環境」が多くを占めます。

ドネペジルなどの抗認知症薬、睡眠剤、抗不安薬、一部の胃薬や頻尿の薬や感冒薬などの薬剤が原因で「周辺症状」が悪化することがあります。このような薬を減らしたり、中止するだけで症状が改善する場合もあり、かかりつけの主治医と相談してみてください。

また、認知症のある方は症状がうまく表現できず、歯痛、便秘、脱水などの「身体合併症」が、イライラ、焦燥として表現されることもありますので、本人がどうしてイライラしているのかを考えてみてください。

そして、生活習慣を見直すことも大切です。①お酒を控える、②運動をする、③カフェイン過剰摂取を控える、④睡眠環境を整える、などをしていきましょう。

アルコールを減らすだけで易怒性、認知機能、睡眠障害などがよくなったり、運動をすることで（デイサービスに行くだけでも）、うつ症状や不安症状がよくなったり、カフェイン過剰摂取を控えることで興奮症状がよくなったりすることもあります。

また、「遅寝早起き」が肝要です。65歳以上の睡眠時間はだいたい6時間程度であり、夜9時頃に寝ると夜中の3時頃に目が覚めてしまうのは当然です。朝6～7時頃にカーテンを開けて身体を起こし、夜10～11時頃まで寝させないでおくのもひとつです。

認知症の周辺症状は理由を探るのが重要です。すぐに薬で解決ではなく、かかりつけ医に相談したり、生活習慣を見直してみましよう。

まほう



特集1

第24回通常総会 改めて結束を誓い合い 連携を強める機会に

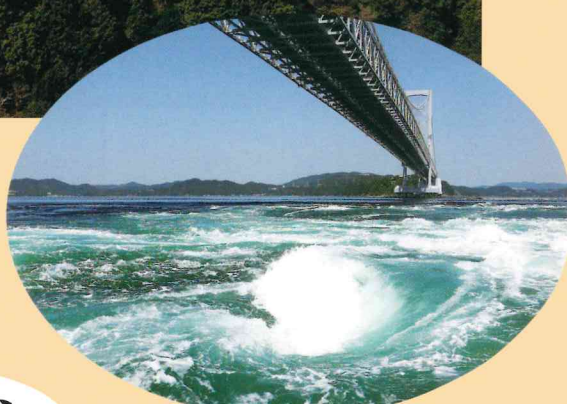
特集2

高齢者を支える さまざまな住まい～前編



道の駅 福良

若人の広場



渦潮

南あわじ市

特定非営利活動法人 兵庫県腎友会

〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078 (371) 4382 FAX.078 (371) 8840
ウェブサイト●<https://npohjk.or.jp/> E-mail●npohyojin@nifty.com

- 阪神ブロック事務局 〒663-8215 西宮市今津水波町1-7 ドミトリー高木1F TEL.0798 (36) 9731 FAX.0798 (36) 9732
- 神戸ブロック事務局 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078 (958) 7370 FAX.078 (371) 8840
- 東播ブロック事務局 〒650-0012 神戸市中央区北長狭通5-1-21 福建会館ビル6F TEL.078 (958) 7323 FAX.078 (371) 8840
- 西播ブロック事務局 〒670-0965 姫路市東延末5丁目13番地(ワークスペース恵内)