

第1章 若年性認知症の理解

1. 若年性認知症とは

65歳未満で発症した認知症を若年性認知症といいます。

全国の若年性認知症の方は約35,700人と推計されています(令和2年3月厚生労働省)。高齢者の認知症とは異なり、男性に多いのが特徴です。

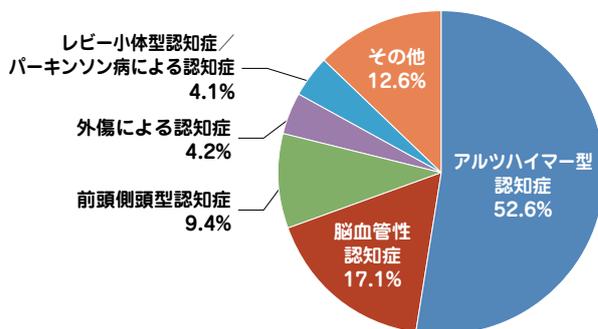
認知症の原因となる疾患は複数あり、原因疾患によって症状や治療方法が異なっています。

認知症の原因となる疾患

- 血管病変(脳出血、脳梗塞、脳動脈硬化など)
- 脳細胞の変性疾患(アルツハイマー病、レビー小体病、前頭側頭葉変性症など)
- 感染症(梅毒、AIDS等)
- 頭部外傷
- 薬物中毒(アルコール性認知症など)

若年性認知症の原因疾患は、アルツハイマー型認知症の割合が最も高く、次いで脳血管性認知症の割合が高くなっています。また、高齢者と比べて前頭側頭型認知症の割合が高くなっています。

若年性認知症の基礎疾患の内訳(令和2年3月厚生労働省)



2. 原因疾患ごとの特徴

脳血管性認知症

脳血管性認知症は、脳の血管障害で起きる脳梗塞や脳出血が原因となる認知症です。脳の障害される部位によって症状が異なります。進行を予防するためには、原因となる血管障害の再発を予防することが大切です。

症状

脳血管性認知症の主な症状は、日常生活に支障を来すような記憶障害とその他の認知機能障害(言葉、動作、認知、ものごとを計画立てて行う能力などの障害)で他の認知症の原因疾患と大きな違いはありません。

症状の現れ方は特徴的で、突然症状が出現したり、落ち着いていると思うと急に悪化することを繰り返したり、変動したりします。また、感情のコントロールができず、ちょっとしたことで泣いたり、怒ったりすることがあります。逆に表情が乏しくなる場合もあります。

アルツハイマー型認知症

アルツハイマー型認知症は、脳の中にβアミロイドというたんぱく質が蓄積し、脳細胞を死滅させるタウタンパクという異常なたんぱく質が増殖して発症します。βアミロイドが蓄積する原因はまだ分かっていません。

症状

初期の主な症状は物忘れですが、意欲低下が目立つ場合もあります。病気が進行すると、時間や場所を間違えたり、日常使用している物の名前が出にくくなったりします。また、困ったときに周囲に協力を求めるのが難しく、取り繕うような対応をとることがあります。

前頭側頭型認知症

前頭側頭型認知症は前頭葉や側頭葉が萎縮する疾患です。脳の中で、前頭葉は「人格・社会性・言語」を、側頭葉は「記憶・聴覚・言語」を主につかさどっており、これらが正常に機能しなくなるにより、特徴的な症状が表れます。

症状

初期の頃は物忘れの症状が目立たず、反社会的な行動や衝動的な行動をとることがあるため、人格が変わったように感じます。

無関心・自発性の低下 …身なりや周囲への関心が薄れて、だらしくなったように感じます。

感情の鈍麻 ……感情の変化が希薄になります。

常同行動 ……毎日同じコースを何度も歩いたり、同じものを食べたり、同じ言葉を繰り返したりします。

脱抑制 ……他者への配慮や礼儀がなくなり、場にそぐわない行動をとります。

レビー小体型認知症

レビー小体型認知症では、レビー小体(神経細胞にできる特殊なたんぱく質)が脳の大脳皮質(人がものを考える時の中枢的な役割を持っている場所)や、脳幹(呼吸や血液の循環に携わる重要な場所)にたくさん集まります。レビー小体がたくさん集まっている場所では、神経細胞が壊れて減少しているため、認知症の症状が起こります。

症状

幻視 ……レビー小体型認知症の特徴的な症状で、「知らない人がいる」といった実際には見えないものが生々しく見える幻視が発症初期から現れます。

パーキンソン症状 ……パーキンソン病に似た運動の障害で、体が固くなり動きづらくなる、手が震える、急に止まれないといった症状が見られます。

自律神経障害 ……便秘や尿失禁、起立性低血圧などが現れます。

アルコール性認知症

アルコールを長期間にわたり、大量に飲み続けることで、脳細胞の萎縮や脳梗塞などの脳血管障害、ビタミンB1欠乏による栄養障害などが起こり、記憶障害、見当識障害、作話などの症状が現れます。

症状

アルコール依存症と同様に歩行が不安定になる、意欲がなくなる等の症状がみられます。逆に興奮しやすく攻撃的になり、暴力がみられたり、幻覚が見えたりする場合もあります。

アルコール性認知症の原因の1つであるコルサコフ症候群では、物忘れなどの記憶障害、周りの状況が理解出来なくなる見当識障害などが起こりやすくなります。少し前のことが覚えられず、時間や場所がわからなくなることがあります。



3. 日常生活でできる工夫

物を置き忘れる、大事な用事を忘れてしまうなどの日常生活での困りごとは、少しの工夫で改善できる場合があります。

普段よく使うものは決まった場所にしまうようにして、なくしものを防ぎましょう。



把握しやすくするため、身の回りの物を整理整頓して、不要なものは処分し、物を減らしましょう。



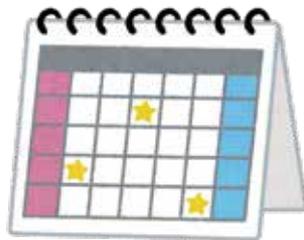
引き出しや棚に何が入っているかを書いたラベルを貼り、必要なものを見つけやすいようにしましょう。



約束はメールで行うと、後から確認できるため便利です。



予定はわかりやすくカレンダーにメモしておきます。1日にあまり多くの予定を入れ過ぎないようにしましょう。



家族の電話番号など、見やすい場所にメモを貼っておくと、いざというとき安心です。



買い物でのトラブルを防ぐため、クレジットカードの利用状況の把握が難しい場合は、カードでの買い物は控えましょう。



薬の管理が不安な場合は、お薬カレンダーを利用すると飲み忘れを確認できます。薬が複数ある場合は、薬局で一包化してもらうこともできます。



外出時に必要な物のリストを貼っておき、忘れ物を防ぎましょう。



4. 周りの方ができる配慮

- 本人の話はなるべく否定せず、さりげなく訂正するようにしましょう。途中で話を遮ってしまうと、混乱したり、話す内容を忘れてしまうことがあります。



- 注意が散漫になりやすいので、話しかける際はきちんと向き合って注意をひいてから話すようにします。周囲の環境(雑音や人の動きなど)にも注意して、落ち着いて話せる場を設定しましょう。



- 質問をするときは答えやすいように具体的な選択肢をあげて尋ねるようにしましょう。



- 相手の感情を敏感に感じ取るので、穏やかな口調や表情で話しかけるようにしましょう。



- わかりやすい言葉と短い文章で伝えるようにしましょう。分かりにくいときは文字に書くと伝わりやすい場合もあります。

