

## 健康商談室



前一期里，我们原计划在认知症的基础知识②中为您介绍“阿尔兹海默氏认知症”和“血管性认知症”，但因版面限制只介绍了前者；这一期，我们就打算为您介绍“血管性认知症”。希望其中有关预防认知症的部分，能为您的健康生活提供些许帮助。

## 认知症的基础知识③

## 何谓血管性认知症

脑血管因血栓阻塞或破裂而致使部分大脑细胞功能低下，并出现认知症症状。这种类型的认知症，就是所谓的“血管性认知症”。

“血管性认知症”，是指人体大脑内出现了比较大的梗塞，或是出现了很多比较小的梗塞，或是整个大脑供血出现减少等各种诱因所引发的认知症。中风以后，往往会突然出现认知症症状，并阶段性地发展、恶化。

正因为“血管性认知症”，乃大脑遭到损害的那一部分出现机能衰竭，而其它部分的机能，相对来说并不存在什么问题，因此，“血管性认知症”的特征是，患者的大脑即使出现斑状物，记忆产生严重障碍，多数人也不会发生人格瓦解或失去判断能力的情况。

此外，具有高血压、糖尿病、高血脂症以及吸烟、心脏疾患或动脉硬化等危险因素的人，罹患率比较高，也是“血管性认知症”的另一个特征。还有，“血管性认知症”会在比较早的阶段，就出现行走困难、手脚麻痹、口齿含糊、容易跌倒、小便失禁及抑郁或情感失

## 健康相談室

今回は認知症の基礎知識②で「アルツハイマー型認知症」と「脳血管性認知症」についてご紹介する予定でしたが、都合により前者のみしか掲載できませんでしたので、今号で、「脳血管性認知症」についてご紹介します。本誌に掲載される予防を参考に皆さんの健康生活の充実に役立ててください。

## 認知症の基礎知識③

## 脳血管性認知症とは

脳の血管が詰まったり破れたりすることによって、その部分の脳の働きが悪くなり、そのため認知症になることがあります。このような認知症を「脳血管性認知症」といいます。

「脳血管性認知症」は、脳のなかに大きな梗塞がある場合や小さな梗塞がたくさんある場合、脳全体の血流が低下している場合など様々な原因で発症します。脳卒中発作後に、突然、症状が現れたり、段階的に進行、悪化したりすることがしばしばみられます。

「脳血管性認知症」は、障害された場所によって、ある能力は低下しているが別の能力は比較的大丈夫というように、まだら状に低下し、記憶障害がひどくても人格や判断力は保たれていることが多いのが特徴です。

また、高血圧、糖尿病、高脂血症、喫煙など、心疾患や動脈硬化の危険因子を持っていることが多いことも特徴です。さらに、歩行障害、手足の麻痺、呂律が回り

禁（难以控制自身情绪，为一点小事而哭泣、恼怒）等症狀。

### 血管性認知症の特徴

#### ◆脳血管出現阻塞或破裂

引发血管性認知症的原因，大部分为多发性脑梗塞（占 70~80%）。脑内的血流量及代謝量因脑血管受到损伤而减少，其程度和范围也与認知症的轻重密切相关。

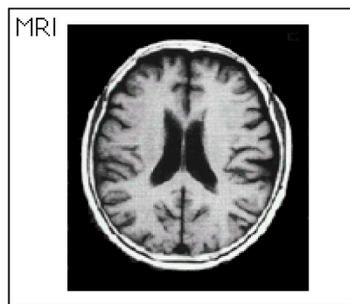
にくい、<sup>ころ</sup> 転びやすい、<sup>にようしっきん</sup> 尿失禁、<sup>よく</sup> 抑うつ、<sup>かん</sup> 感情失禁（感情をコントロールできず、ちょっとしたことで泣いたり、怒ったりする）などの症状が早期からみられることもしばしばあります。

### 脳血管性認知症の特徴

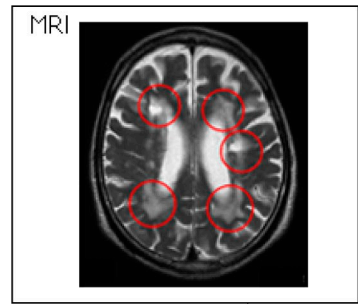
#### ◆脳の血管が詰まったり破れたりします

脳血管性認知症の原因としては、<sup>たはつ</sup> 脳梗塞の多発によるものが大部分（70~80%）を占めます。脳血管障害により<sup>けつりゅう</sup> 脳の血流量や代謝量が減少し、その程度や範囲は認知症の程度と関係します。

せいじょう  
正常  
正常（脳）

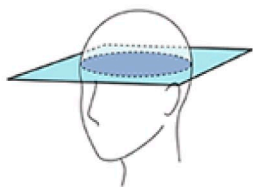


脳血管性認知症（脳）  
血管性認知症（脳）



↑○が脳梗塞部位です。

↑○为发生脑梗塞的部位



がぞうていきょう とungskyoui かだいがくびょういんろうねびょうか は ぶはるお  
画像提供：東京医科大学病院老年病科羽生春夫

提供：東京医科大学病院老年病科 羽生春夫

#### ◆血管性認知症の特徴

血管性認知症の症状，会因大脑受损部位的不同而不尽相同。因此在头晕、手脚麻痺、口齿含糊及智力衰竭等方面，也会出现个人差异。另外，还存在着记忆力出现严重衰竭，而判断能力及理解力却保持得相对完好的情况（斑状認知缺损）。此外，同一患者的認知症状并非天天相同，有时会因日而异。

#### ◆脳血管性認知症の特徴

脳血管性認知症では、障害された部位によって症状は異なり、めまい、しびれ、言語障害、知的能力の低下等にはむらがあります。また、記憶力の低下が強いわりには判断力や理解力などが相対的によく保たれている場合（まだら認知症）があります。また、症状は日によって差が激しいことがあります。

- 半身麻痺
- 积极性、自主性下降
- 出現碎步走等行走障碍

- 片麻痺
- 意欲、自発性低下
- 小刻み歩行などの歩行障害

- ・尿频、小便失禁
- ・出现调音・吞食困难

### ◆血管性認知症以預防为重

#### 脑梗塞の前兆 (1) 无症状型脑梗塞、潜在型脑梗塞 (隐性脑梗塞)

虽然不出现神经麻痹等症状，但有时 CT 或 MRI 却可以扫描出大脑梗塞的病变。尽管无需过分担心，但是要做精密检查。

#### 脑梗塞の前兆 (2) 发生短暂性脑供血不足 (TIA)

会出现手脚麻痹、口齿含糊等脑梗塞症状，但有些会在 24 小时以内 (通常在几十分钟以内) 消失。这说明大脑已经处于走到梗塞边缘，尔后复原的状态，因此需要做精密检查。

### ◆預防脑中风的十项注意 (由“社团法人日本脑中风协会”提供)

1. 高血压，先治它
2. 轻视糖尿病，后悔是自己
3. 发现脉律不齐，立即上门求医
4. 要想预防脑中风，就得把那香烟扔
5. 酒如一汪水，少喝载舟，多喝覆舟
6. 胆固醇，不能高，千万要记牢
7. 吃咸吃油都不好，得控制要减少
8. 适当作运动，坚持即成功
9. 肥胖乃大敌，万病它引起
10. 中风不得了，快让医生瞧

[未完待续]

摘自《認知症之基础知识》(关于認知症的网

页 [www.e-65.net](http://www.e-65.net))

- ・瀕尿、尿失禁
- ・構音、嚥下障害

### ◆脳血管性認知症は預防が大切です

#### 脑梗塞の前ぶれ (1) 無症候性脑梗塞、潜在性脑梗塞 (かくれ脑梗塞)

運動麻痺などの症状は示しませんが、CT や MRI で脑梗塞病変が見られる場合があります。過度の心配は不要ですが、精査が必要です。

#### 脑梗塞の前ぶれ (2) 一過性脳虚血発作 (TIA)

運動麻痺、言語障害などの脑梗塞症状が出現しますが、24 時間以内 (通常数十分以内) に消失する場合があります。脑梗塞になりかけてもとに戻った状態であり、直ちに精査が必要です。

### ◆脳卒中預防十か条

#### [社团法人 日本脳卒中協会]

1. 手始めに 高血压から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかれば 次第 すぐ受診
4. 予防には タバコを止める 意志を持って
5. アルコール 控えめは 薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分・脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

[続<]

「認知症の基礎知識」(認知症を知るホームページ [www.e-65.net](http://www.e-65.net)) より抜粋