

健康商談室

認知症之基础知识⑧

我们在前一期里为大家介绍了“容易混淆的状态”，而在这一期里，我们要说一说“怎么看病”。

去看病时

◆请明确地告诉医生你的症状

“认知症”从记忆障碍开始，会出现各种各样的症状，有时是很难诊断的。因此，医生大多会详细地询问患者本人或其家人病史，或是通过做各种各样的测试或检查来进行诊断。



【诊断的流程】

[1] 诊察患者是否真的患有“认知症”

[以询问患者本人・其家人病史为主]

●患者所提供的信息，是对“认知症”进行诊断时的重要判断基准。

请参考“做好问诊准备”，以便明确地告诉医生症状。

●有时需要测试患者是否具有记忆障碍或认知功能衰竭的情况

[2] 诊察病因

[有时需要进行各种各样的检查]

●为掌握是否患有其它疾病・・・

进行普通的内科检查/做运动功能及二、三头肌反射等神经学检查等

●为掌握全身状态・・・验血・验尿等

●为掌握大脑状态・・・做 CT/MRI 等检查

检查神经功能 验血

神経の機能

血液の検査



健康相談室

認知症の基础知识⑧

前は「間違われやすい状態」を扱いましたが、今号では「お医者さんにかかるとき」について紹介します。

お医者さんにかかる時

◆症状をしっかりと先生に伝えてください。

『認知症』は記憶障害をはじめ、多彩な症状をしめしますので、診断は難しい場合があります。そこで、ご本人やご家族から詳しく問診したり、さまざまなテストや検査を行って診断することが多いようです。

【診断のながれ】

[1] 本 当 に 『 認 知 症 』 か ど う か 調 べ る

《患者さん・ご家族を対象に問診が中心に行われます。》

●患者さんからの情報は『認知症』を診断するときの重要な目安になります。「問診に答える心構え」を参考に、症状をしっかりと伝えてください。

●記憶障害や認知機能の低下を調べる検査をすることもあります。

[2] 原因となる病気は何か調べる

《さまざまな検査を行うことがあります》

●他の病気の有無をみるために
……一般内科的診察/運動機能や腱反射検査などの神経学的検査など

●全身の状態をみるために
……血液・尿検査など

●脳内の変化をみるために
……CT/MRI検査など

測脳电图或脳波

脳の画像や脳波



◆做好问诊准备

患者所提供的信息，是对“认知症”进行诊断时的重要判断基准，因此，医生不但会详细地询问患者本人，也会询问患者家属其出现什么症状，以及是从什么时候开始出现的，等等。此外，这些信息不但有利于进行正确的诊断，也会给家庭护理带来很大的参考价值。被医生突然问到的时候，有时候会一时回答不上来，因此，我们建议大家最好是事前整理、归纳一下相关事宜。

◎医生常常询问的问题

- 症状是从什么时候开始、在什么样的情况下出现的？
- 现在有着什么样的症状？什么样的症状让人犯愁？
- 迄今为止罹患过什么疾病？
- 现在有没有正在治疗的疾病？
- 现在正在服用什么药？（说不清楚的话，最好将服用的药之药盒/药壳带去给医生看）
- 现在感到最为难的事是什么？

◎给患者家人的建议

据说认知症患者在家人以外的人面前，往往会表现得很正常的样子。因此，很多时候或许只有患者所信赖的家人，才能真正掌握患者的症状。所以，最好是把患者平时的情况明确地告诉给医生。

认知症的诊疗

根据患者的身体疾患的原因等，所出现的一时性认知症状时，那么治疗导致这种症状出现的疾病，乃是最优先的。那么，对于现阶段被认为“治不好”的认知症，到底是怎么进行诊疗的呢？

认知症会导致患者出现各种各样的记忆及行为障碍。遗憾的是，现阶段还无法使患者失去的功能得以复原。

因此，诊疗的目的，只能是尽可能长期地维持患者现有的、还没遭到疾病摧毁的身体及神经功能。

◆問診に答える心構え

患者さんからの情報は『認知症』を診断するときの重要な目安になります。そこで、患者さんだけでなく、ご家族にも症状やその症状に気づいた時期などを詳しく聞かれます。また、これらの情報は診断に役立つだけでなく、介護の上でも大変参考になります。突然聞かれると答えられないこともありますから、事前に整理しておくことをおすすめします。

◎よく質問されること

- いつごろから、どのようにして症状が出てきたのか？
- 現在ではどのような症状があって、どのような症状で困っているのか？
- 今までにかかったことのある病気は？
- 現在、治療を受けている病気はあるか？
- どんな薬を飲んでいるか？（わからない場合は、薬の包装ごと持っていく）
- 今一番大変なことは何ですか？

◎ご家族の方へ

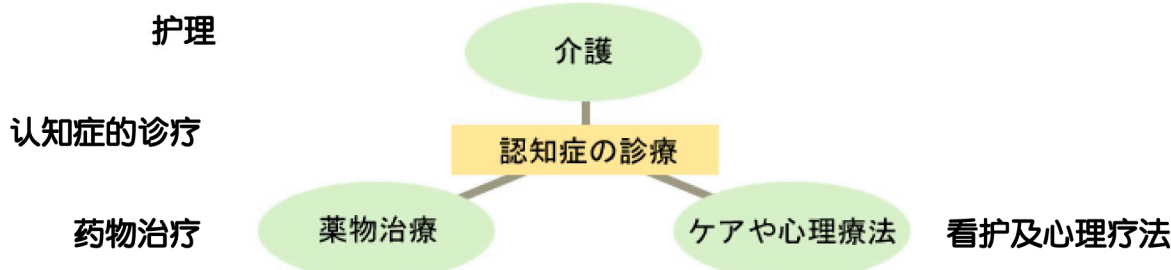
認知症の患者さんは、ご家族以外の方にはよそ行きの顔を見せることが多いようです。患者さんが信頼しているご家族でしかわからない症状も多いと思われますので、先生には日頃の様子をしっかりとお伝えください。

認知症の診療

身体的疾患などによって、一時的に認知症の症状を示した場合は原因となった病気の治療が優先されます。では、現段階では“治らない”といわれる認知症では、どのような診療をするのでしょうか？

認知症では、記憶やさまざまな行動が障害されます。残念ながら現段階では失われた機能を元に戻すことはできません。

そこで、診療は残っている身体的、精神的な機能をなるべく長く維持するといったことが目的となります。



認知症の薬物治療

◆通过服药，可以使认知症的症状得以缓解

“认知症”的症状可以分为两大类：以记忆及判断障碍等为主的症状，以及伴随上述症状所出现的边缘症状。

现阶段，还没有什么药物可以根治认知症的主要症状。

但是，近来开发出了能够延缓阿尔兹海默型认知症症状发展的新药。这种药虽然不是治疗认知症的，但是它可以延缓认知症的恶化，从而使患者与其家人在一起的宝贵时光变得更长一些。

此外，使患者家属感到最为犯难的，想必是认知症的边缘症状。而通过适当的药物治疗，有一些边缘症状，是可以得到缓解的。

如有什么疑问，敬请放下顾虑，咨询医生。

看护及心理疗法

◆根据患者症状进行适当的看护及心理治疗，亦十分重要

认知症这种疾病，根据患者的症状进行适当的看护及心理治疗，亦是十分重要的。所谓看护，包括精神和生活两个方面。根据患者的具体情况，所实施的看护方式也是各不相同的。

此外，在相关设施、由专业人员（精神科医生、各种治疗师等）所实施的心理疗法，也是非常重要的治疗手段。有些设施还实施回想法、RO（实际定向疗法）、动物辅助疗法及音乐疗法等心理治疗法。

認知症の薬物治療

◆薬によって認知症の症状を軽くできます

『認知症』の症状は大きく2つにわけられます。記憶障害や判断力の障害など中心となる症状と、それに伴っておこる周辺症状です。

認知症の中心となる症状を根本的に治療する薬は今のところありません。

しかし、最近アルツハイマー型認知症の症状の進行を遅らせる薬が出てきています。この薬は病気を治す薬ではありませんが、認知症の症状の進行を遅らせることによって、ご家族と一緒に過ごす貴重な時間を長くすることが出来るのです。

また、ご家族の方を悩ませているのは、おもに周辺症状だと思います。周辺症状のうち、いくつかの症状は、適切な薬物を使用することによって軽くなることがあります。

遠慮なく先生に悩みを相談してください。

ケアや心理療法

◆症状にあわせたケアや心理療法も重要な治療です。

認知症では、患者さんの症状にあわせてケアしていくことも治療の大切な要素です。ケアには、精神的なケアと生活上のケアがあります。患者さんの状況により、ケアはそれぞれ違ったものになります。

また、施設などで実際に専門職（精神科の医師、各種療法士など）の方が行う心理療法も重要な治療です。回想法、RO（リアリティー・オリエンテーション）、アニマルアシストセラピーや音楽療法などといった心理療法を行っている施設もあります。

回想法

通过回想自己的人生经历，来恢复患者的自我认识能力



RO（实际定向疗法）

提高患者的判断能力，促使患者关注周围物事

动物辅助疗法

制造一个可以让患者接触动物的环境，引发其兴趣



音乐疗法

通过让患者听演奏或欣赏音乐，促使其回忆过去



◆康复医疗的必要性

脑血管障碍后遗症所带来的自主意识及活动性能衰竭，会使认知症恶化，因此，有效地进行康复医疗，是必不可少的。

脑血管型认知症患者，会出现以半身不遂等运动功能障碍为首的、各种各样的中枢神经后遗症。另外，这些后遗症大多伴随运动障碍，因此，对卧床不起进行预防，亦是十分重要的。

◆对脑血管型认知症进行预防的重要性

对脑血管障碍进行预防，乃是阻止脑血管型认知症发生的最为关键的一环。脑血管一旦出现障碍，大都会反复发作。因此，对其进行预防，阻止其复发乃十分重要。预防脑血管障碍，需要改善生活习惯，从而减少容易导致脑血管发生障碍的条件（危险因素）。

回想法

自分の人生を回想させることにより、自己認識を回復させる

RO（リアリティ ー・オリエンテーシ ョン）

見当識を高め、
周囲に関心を
促すために行う



アニマルアシストセラピー

動物と触れ合う場所を設け、関心を促す

音楽療法

音楽演奏や鑑賞を通じて、過去を想起させる

◆リハビリテーションの必要性

脳血管障害の後遺症としてみられる自発性の低下や、活動性の低下によって認知症は増悪されるので、リハビリテーション治療の活用が必要となります。脳血管性認知症において、その中枢神経障害による後遺症は、片麻痺などの運動機能障害をはじめさまざまです。また、これらは運動障害を伴うことが多いため、寝たきりの予防も大切です。

◆脳血管性認知症における予防の重要性

脳血管障害を予防することは、脳血管性認知症を生じさせないために最も大切なことです。脳血管障害は、一度発作をおこすとそれを繰り返すことが多いため、再発の予防がとても重要となるのです。脳血管障害の予防には、脳血管に障害をおこしやすい条件（危険因子）を減らすために生活習慣を改善することも必要となります。

护理的重要性

◆护理也是一种治疗

认知症患者除了需要实施药物与非药物治疗以外，其护理也是十分重要的。由于认知症患者需要长期的护理，因此，护理者也将面临各种各样的问题。

认知症患者所出现的记忆障碍是非常强烈的，有时或许还会出现一些无法理解的行为。但是，不要单方面地斥责认知症患者，站在对方的立场上，替对方考虑、解决问题，乃是无比重要的。护理者采取妥善的护理态度与办法，会使认知症患者的症状好转。

护理也属于治疗内容之一。

◆如何理解和接触认知症患者

- 正确理解认知症患者大脑之功能。
- 要理解患者的视觉・嗅觉・味觉等感官也会发生变化。
- 即使罹患认知症，也可以在一定范围内维持日常生活。
- 调动余下的体内功能维持日常生活
- 不要勉强认知症患者做其已经无法做到的事情
- 不要伤害其自尊心
- 不要因为对方是认知症患者，就蔑视、无视对方
- 对其步入高龄以前的生活及工作给予评价
- 回想法：帮助患者回忆其以往的生活及体验。

让患者重新发现自身的价值。

这些有助于让认知症患者保持自尊心，强化情感及积极性，同时维系其语言功能。

摘自《认知症之基础知识》(关于认知症的网页 www.e-65.net)

介護の重要性

◆介護も治療のひとつです。

認知症では、薬物療法や非薬物療法のほかに、介護も重要になってきます。認知症の方への介護は長期にわたるため、介護者はいろいろな出来事に直面します。

認知症の記憶障害は非常に強いので、不可解な行動をとることがあるかもしれません。しかし、一方的に認知症の方を責めるのではなく、認知症の方の身になって考え、対応することが何よりも大切です。介護者の対応によって認知症の症状は良くなるのです。

介護も治療のひとつなのです。

◆認知症の方への理解と接し方

- 認知症の方の脳の働きをよく理解する。
 - 視覚・嗅覚・味覚などの感覚も変化していることを理解する。
 - 認知症があっても一定範囲の日常生活を継続する。
 - 残った機能を生かして日常生活を持続する
 - 出来なくなったことを無理やりさせない。
 - 自尊心を傷つけない。
 - 認知症だからと軽視したり、無視したりしない。
 - 老年期以前の生活や仕事を評価する
 - 回想法：自分の過去の生活や体験を思い出させる。
 - 認知症の方の価値の再発見。
 - 自尊心の維持、感情や意欲の改善、言語機能の維持にも役立つ。
- 「認知症の基礎知識」(認知症を知るホームページ www.e-65.net) より抜粋