

## 三次神経内科クリニック 花の里

Vol. 4 2015. 春号

— ご挨拶 医療法人微風会 理事長 和泉 唯信 —

### 【認知症と生活習慣病】

例年より早い桜の開花を迎えました。皆様いかがお過ごしでしょうか？よく患者様や家族の皆様から認知症の予防はできないんですかと聞かれます。確かに予防も様々に研究され発表もされていますが、今回は特に生活習慣病の管理について述べたいと思います。

認知症の原因としてはアルツハイマー型認知症が最も多く過半数を占め、血管性認知症がそれに続きます。血管性認知症とは脳血管障害（脳卒中）に続発する認知症です。脳血管障害は高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を基礎にして起こります。ですからこの生活習慣病だけの段階できちんと管理すれば脳血管障害を起こさず血管性認知症にもならないわけです。この生活習慣病⇒脳血管障害⇒血管性認知症の流れは以前からよく知られていましたが、さらに最近は原因不明とされているアルツハイマー型認知症の発症にも生活習慣病、特に糖尿病が関わっているのがわかってきました。そのためその予防には生活習慣病の管理、すなわち運動とバランスのとれた食事がとても重要であると強調されるようになってきました。

私もここ 2 年間くらい 1 日 1 万歩は歩くようにしています。皆様も何か適度な運動をはじめてみませんか。

### 「認知症疾患医療センター（診療所型）の 指定を受けました

2015 年 1 月 6 日より医療法人微風会 三次神経内科クリニック花の里は「認知症疾患医療センター（診療所型）」に指定されました。

活動内容等はこれまでと変わりませんが、ますます地域の皆様のお役に立てるよう、診療等に取り組んでまいります。今後ともご指導、ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

## 認知症早期受診のメリット

認知症は簡単に表現すると、“治る認知症”と“治らない認知症”に分ける事が出来ます。前者は脳腫瘍・硬膜下血腫・正常圧水頭症などがあり、後者はアルツハイマー型認知症・レビー小体型認知症・脳血管性認知症・前頭側頭型認知症があります。

一般的に“認知症”といえは一括りで“アルツハイマー型認知症”として対応を行っている場合が多いのではないのでしょうか？それぞれの認知症には症状に特有の特徴があります。大切なのは、その特徴を活かした関わりです。ケアの基本は病気の理解であり、認知症ケアに於いて病気の種類を鑑別する事は対応を検討する上で欠かす事が出来ません。「もの忘れがある。」「何か言う事やする事がおかしい。」と感じたら早めに医療機関を受診して頂きたいと思います。それは、抗認知症薬を早期に開始するという意味だけではなく、ある程度でも鑑別診断を行う事で、その人にあったケアが可能になるからです。また、初期の段階のメリットとして、

1. 本人の意思や想いをしっかり伝える事ができる
2. 家族の介護負担感が軽いと考えられるので、第三者の助言を聞ける心のゆとりがある
3. 病気を早くから理解して、受け止めるきっかけになる

認知症には現在4種類の薬が使用されており、リハビリテーションを始め、様々な療法が行われています。社会の関心も非常に高い。一方で、最も重要な問題であるのが関わり方の難しさです。進行する認知症は薬で治癒する事はありません。薬や注射でどうにもならない病気に必要なのは何か！それは“ケア”です。“コミュニケーション能力”です。今や、国民病とも今世紀最大の病とも言われている認知症。出現する症状に振り回されて24時間365日いつ終わるとも知れない介護に周囲は疲労困憊して行きます。それでも何とか踏ん張って支えて行かなくてははいけない。だとすれば、認知症の人を支える人達は正しい知識と認識を学んでください。「知る事」が介護を楽にするし、介護が楽になれば介護される人は落ち着きます。毎日同じ事を聞かれたら誰でも正直「うんざり」でしょう。しかし、本人が一番不安と混乱・苛立ち・とまどいの中で辛い思いをしている事に周囲が気付けば、多少でも寄り添えるはずだし、「忘れる病気なんだから、忘れてもいいよ。」「私達がいるから安心していいよ。」と言えるかもしれません。早期の受診はそんな関わり方を学ぶ為にも必要なのではないかと考えています。

三次神経内科クリニック花の里

主任看護師 武内 壽磨子



## 認知症研修会を実施しました

○2014年12月2日（火） 三次市福祉保健センターふれあいホールにて

当院の伊藤 聖院長・武内 寿磨子主任看護師が、「認知症の人と家族の心に寄り添うということ ～実際の事例を通して～」と題し、3つの事例を紹介させていただきました。

BPSD に対する対応について様々な視点から話をいたしました。薬物・非薬物療法の使い分け、およびアプローチの工夫についての必要性は勿論、症状の背景にある心理的な動きを理解することが、ケアには欠かせない作業である事を改めて考える機会となる内容でした。

また、会に先立ち、ひろしまオレンジパスポート（広島県認知症地域連携パス）を紹介させていただきました。

○ 2015年1月16日（金） 三次市福祉保健センターふれあいホールにて

鳥取大学医学部 脳神経内科 講師 和田 健二 先生をお迎えし、「認知症について～地域の理解と支え～」と題し、日常生活に支障が起きる物忘れや症状について、実際の取り組みを例にあげ、講演して頂きました。

高齢者の方々が安心して暮らせる環境づくりや、地域全体で取り組んでいく事が大切だと実感いたしました。

また、認知症の予防に関する話もして頂きました。

寒い中、多くの方々が足を運んでくださいました。ありがとうございます。

今後も、認知症に関する研修会を実施していきます。その際は、お気軽にご参加ください。

### — 三次神経内科クリニック花の里 認知症疾患医療センター受診の流れ —

**相談**

ご本人様、家族、関係機関からの相談に専門相談員が対応し、必要に応じて受診予約をおこないます

**初診**

日常生活状況や症状についての問診をおこないます

(例) 日々のご様子、介護サービス利用状況、服用している薬、既往歴 など

**検査**

問診をもとに、医師が必要と判断した検査を受けていただきます

(例) MRI・CT、神経心理学検査、血液検査、尿検査 など

**再診**

問診や検査結果をもとに認知症の有無や進行の程度、原因やタイプなどの鑑別診断をおこない、今後の治療方針について説明をおこないます

## — 認知症疾患医療センター（診療所型）とは —

患者さん、ご家族の相談や、医療機関、介護施設などからの紹介があった患者様に対して確定診断をおこない、必要に応じて初期治療を行います。

また、当地域で研修や情報発信をおこない、関連分野の連携に寄与します。

### 【事業内容】

#### 1. 専門医療相談

認知症に関する困りごとや悩み、不安に関する相談に電話・面談にて対応します。

患者さん、ご家族からの相談に専門の職員が対応しております。

#### 2. 鑑別診断とそれに基づく初期対応

問診・検査等を実施し、認知症の有無や進行の程度、原因やタイプなどの鑑別診断をおこない、今後の治療方針について説明をおこないます。

#### 3. 合併症・周辺症状への急性期対応

身体合併症及び周辺症状の急性期治療については、地域の専門医療機関、一般病院や精神科病院等へ紹介させていただきます。

#### 4. 研修会の実施

認知症疾患に関わる医療・保健・福祉関係者向け、もしくは市民向けの研修会を実施します。

#### 5. 認知症疾患医療連携協議会の開催

地域の医療機関、地域包括支援センター等の関係機関との連携を図っていきます。

#### 6. 認知症医療に情報発信

認知症に関する正しい知識をご理解いただくための情報発信を行ってまいります。

### 認知症相談専用電話窓口を設置しております

【時間】 9：00～12：00・14：00～17：00（月～土 祝日・休診日を除く）

【電話】 0120-870-318（相談窓口専用電話）※看護師等が対応致します



医療法人微風会  
三次神経内科クリニック花の里  
〒：728-0013  
広島県三次市十日市東 4-3-10  
TEL：(0824) 63-0330  
FAX：(0824) 63-0331