

# 認知症の種類

## Types of Dementia

Dementia is a loss of thinking, remembering, language, judgment, and reasoning skills that are severe enough to affect daily activities such as eating, bathing, and getting dressed. People with dementia may have a change in their personality, find it hard to control emotions, or lose their ability to solve problems. Although it is normal to need more time to remember things as we age, other thinking and reasoning skills should not change. Dementia is not a normal part of the aging process.

There are different causes of dementia. Some can be treated, and some cannot. That is why it is important to have a medical exam to learn the cause of the changes.

### Common Causes of Dementia

#### Alzheimer's Disease (AD)

- Alzheimer's disease is the most common cause of dementia. The symptoms start slowly and become worse over time.
- Damage to the brain may begin 10 or more years before symptoms appear. During this first stage, abnormal clumps of proteins called "amyloid plaques" and tangled bundles of fibers called "neurofibrillary tangles" are formed. Nerve cells in the brain can no longer connect with each another and stop working as they should.
- During the second stage, these symptoms occur: memory loss, confusion about time and space, poor decision making, and changes to language. The damage that occurred during the first stage are now causing the nerve cells to die and brain tissue to shrink. The part of the brain called the hippocampus, where memories are formed, is affected.

認知症とは、思考、記憶、言語、判断、推理の能力が低下し、食事、入浴、着替えなどの日常生活に深刻な支障を与える状態のことです。認知症の人は、性格が変わったり、感情をコントロールするのが難しくなったり、問題解決能力が失われたりすることがあります。加齢に伴う物忘れは普通のことですが、その他の思考力や推理力は変わらないものです。認知症は、加齢に伴う正常な状態ではありません。

認知症にはさまざまな原因があります。治療できるものもあれば、できないものもあります。そのため、変化の原因を見極めるために、診察を受けることが重要になります。

### 認知症の一般的な原因

#### アルツハイマー病 (AD)

- アルツハイマー病は、認知症の最も一般的な原因です。症状はゆっくりと徐始まり、徐々に悪化します。
- 脳への障害は、症状が現れる 10 年以上前に始まることもあります。この第一段階で、「アミロイド斑」と呼ばれるタンパク質の異常な塊および「神経原線維変化」と呼ばれる繊維の絡まった束が形成されます。脳の神経細胞が互いに接続できなくなり、本来の働きをしなくなります。
- 第二段階では、物忘れ、時間や空間の混乱、判断力の低下、言語の変化などの症状が現れます。第一段階で発生した障害が、この段階で神経細胞の死滅や脳組織の縮小を引き起こします。記憶を形成を司る脳の海馬と呼ばれる部分が影響を受けます。

- The final stage is known as Alzheimer's dementia. The person loses their ability to communicate, and they will need total care.

As with all kinds of dementia, the disease will progress at different rates for different people. It also depends on the person's age when they are diagnosed and other health problems they may have. A person with Alzheimer's disease might live for 3 to 4 more years if the diagnosis was made after the age of 80. They may live 10 or more years longer if they were diagnosed at a younger age. No one knows what causes Alzheimer's disease. It cannot be cured and will not go away. Treatment may only help to manage symptoms and slow the disease.

## Vascular Dementia

Vascular dementia is also known as multi-infarct dementia (MID). It occurs when repeated strokes destroy small areas of the brain. A stroke happens when a vessel taking blood and nutrients to an area of the brain becomes clogged or bursts. Blood and oxygen cannot get to that part of the brain, and brain cells die. This results in permanent brain damage.

The strokes may be so small that the person and people around them are not aware that they are happening. These "silent strokes" will finally lead to symptoms of vascular dementia as more areas of the brain are damaged by repeated strokes.

In other cases, the strokes are bigger and not so "silent." New symptoms of vascular dementia may develop fast with each stroke.

As with Alzheimer's disease, vascular dementia cannot be cured and will not go away. Treatment is aimed at reducing the risk factors of the disease to prevent further strokes from occurring.

- 最終段階が、アルツハイマー認知症と呼ばれます。コミュニケーション能力が失われ、全面的な解除が必要になります。

あらゆる種類の認知症と同様に、この病気は人によって進行速度が異なります。また、診断されたときの年齢、また個人の他の健康問題にも左右されます。アルツハイマー病の方では、80歳を過ぎてから診断された場合は、余命は3~4年のことがあります。さらに若年時に診断された場合は、10年以上生存する可能性があります。アルツハイマー病の原因は不明です。この病気は治したり、また治ることもありません。治療は、症状を管理し、病気の進行を遅らせることにしか役立たないかもしれません。

## 脳血管性認知症

脳血管性認知症は、多発脳梗塞性認知症(MID)の別名でも知られています。この認知症は、脳卒中が繰り返し起こることで、脳の小さな領域が破壊されることで引き起こされます。脳卒中は、脳のある領域に血液と栄養を運ぶ血管が詰まったり破裂したりすることで起こります。血液と酸素の脳のこの部分に流れることができず、脳細胞が壊死してしまいます。その結果、脳に永久的な損傷が及びます。

脳卒中は、起きていることが本人も周囲の人も気づかないほど小さなものである場合があります。このような「沈黙の脳卒中」が繰り返されることで、脳の他の領域も損傷を受け、最終的に脳血管性認知症の症状が引き起こされます。

また、脳卒中がより大きく、「静か」ではない場合もあります。脳血管性認知症の新しい症状が、脳卒中のたびに速く起きることがあります。

アルツハイマー病と同様に、脳血管性認知症は治すことができず、治ることはありません。治療は、さらなる脳卒中の発生を防ぐために、この病気の危険因子を減らすことが目的になります。

Risk factors include:

- Diabetes
- High blood pressure
- High cholesterol
- Smoking

Medicines can be used to manage the person's aggressive behavior or agitation, which sometimes occurs.

## Depression

Depression is a medical condition. It involves more than just feeling “down” or “sad.” Depression interferes with normal activities of life. While depression is not a type of dementia, many people with severe depression have some similar mental changes, such as poor memory and attention. When someone has both depression and dementia, memory loss may get worse.

Symptoms include:

- Unusual and excessive sadness or irritability
- Changes in sleep
- Changes in weight and eating
- Loss of interest in things the person had enjoyed
- Loss of energy
- Problems thinking and focusing
- Feelings of being worthless
- Thoughts of suicide or death

Depression can be treated with medicine and counseling.

以下の危険因子があります。

- 糖尿病
- 高血圧
- 高コレステロール
- 喫煙

攻撃的な行動や動揺を管理するために薬を使用することが時々あります。

## うつ病

うつ病は、医学的な病気です。単に気持ちの「落ち込み」や「悲しい」気持ちになる、というだけではありません。うつ病は、正常な生活に支障をきたします。うつ病は認知症の一種ではないものの、一方で重度のうつ病の人の多くは、記憶力や注意力の低下といった何らかの類似した精神的変化を抱えています。うつ病と認知症の両方を患っている場合、物忘れが重症化することがあります。

以下のような症状があります。

- 普通とは違う過度の悲しみや苛立ち
- 睡眠の変化
- 体重や食生活の変化
- 今まで楽しんでいたことへの関心の喪失
- 気力の喪失
- 思考力や集中力の低下
- 自己肯定感の低下
- 自殺念慮や死を考えるようになる

うつ病は、薬やカウンセリングで治療できます。

## Parkinson's Disease

Parkinson's disease (PD) occurs when the brain does not make enough of a certain chemical called dopamine. This chemical is used by the body to control muscle movement.

Symptoms include:

- Tremor in one or both hands, arms, or legs; trembling in the jaw and face
- Stiffness of the arms, legs, and joints
- Trouble starting to move
- Issues with balance and coordination

People may have problems walking, talking, and doing simple tasks as the disease progresses. Other symptoms may include depression, sleeping problems, speaking, swallowing, and chewing.

Treatment of PD is aimed at increasing the amount of dopamine. As PD gets worse, some people develop dementia.

Some people with Alzheimer's disease may show symptoms of Parkinson's disease. Certain medicines may help the PD symptoms, but they will not reverse the dementia.

**Talk to your doctor and other members of your health care team about your questions and concerns about dementia.**

## パーキンソン病

パーキンソン病 (PD) は、脳がドーパミンと呼ばれる化学物質を十分に作れなくなることで発症します。この化学物質は、体が筋肉の動きをコントロールするために使用するものです。以下のような症状があります。

- 片手または両手、腕、脚の震え、顎や顔がピクピクする
- 腕、脚、関節のこわばり
- 動作開始の困難
- 平衡感覚と体の協調性の問題

病気の進行に伴って歩行、会話、簡単な作業の実行に支障がでることがあります。その他の症状として、うつ、睡眠障害、発話、嚥下、咀嚼がうまくできないなどがあります。

パーキンソン病の治療の目的は、ドーパミンの増加になります。人によっては、パーキンソン病が悪化すると、認知症を発症する場合があります。

アルツハイマー病の人の中には、パーキンソン病の症状が見られる場合があります。特定の薬がパーキンソン病の症状を改善することがあっても、認知症を元通りにすることはできません。

**認知症について質問や不明な事項があれば、担当医師やヘルスケアチームのメンバーに相談してください。**