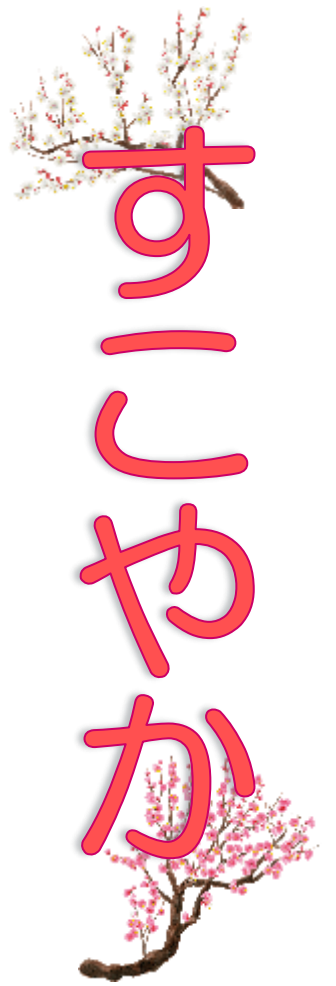


認知症の薬



認知症のほとんどを占めるアルツハイマー病は、世界保健機関（WHO）の統計によると、我が国では二〇二五年に七三〇万人におよぶと推計されています。

また、今日の新聞によると「レカネバム」という薬がアメリカで承認されたと報道されています。アルツハイマー病の原因である脳内のアミロイドβというたんぱく質の塊を取り除くことが認められたこの薬は、認知症の初期の人で効果が認められますが、一人で三五〇万円と高価なため、保険での使用は出来ないと思います。その上、脳出血の併発症のリスクなど副作用も有ることから、今後の評価が待たれると思います。



今の時点では、認知症のリハビリ療法、向神経ビタミンを含む食事療法を採っていくことが本筋のようです。

【施設長 岡 賢了】

第302号

2023年2月1日 発行
発行者：
千葉県市原市椎津2545-1
姉ヶ崎ケアセンター
電話：0436(66)8867
作成者：上田・宮本・山田・三木

【アルツハイマー型認知症とは】

脳の神経細胞が変性する・消失することによって、脳が小さく萎縮することで症状が現れる認知症です。

普通のもの忘れと違い、ヒントとなるような言葉などを聞いても、物事を思い出すことが困難となり、そのことについての自覚もない状態となります。

症状は緩やかに進行し、段階を分けて以下のような症状がみられるようになります。

【第一期の症状】

物忘れがひどくなる、徘徊が多くなる、同じものを何回も購入する・怒りやすくなるなど人格が変化する など

【第二期の症状】

思考力・判断力・理解力の低下がみられる、幻覚や妄想がみられる、着替えなどの日常的な行動の意味がわからなくなる、排泄物を触る など

【第三期の症状】

意味のある言葉を発さなくなる、過食・拒食がみられる、失禁が多くなる、寝たきりになる など

アルツハイマー型認知症の予防策としては、

●適度な運動を続ける（有酸素運動が望ましい）

●考える作業を行う

（クイズ・しりとり・間違い探し・パズル・日記・計算・暗記など）

●食生活が偏らないようにする

（高カロリーのものばかりとる・過剰に食事制限をする・アルコールをとりすぎるなどに注意する）

（脳にとって重要な、青魚に含まれるDHA・EPA、緑黄色野菜や果物に含まれる葉酸、ビタミンB・C・Eをとるようにする）

●日常的に他者とコミュニケーションをとる

●趣味をもつ

などがあげられます。

また、周囲の方のサポートとして、生活上の安全を確保するとともに、本人の尊厳を傷つけないような接し方をすることが大切です。

2023年 よい年になりますように…



年が明けた一月一日、新年から快晴となり、見事な初日の出が姿をみせてくれました。皆で絶景を拝みながら、新しい年の始まりをお祝いしました。

新年最初の行事といえば、初詣がありますね。ケアセンターにも、このお正月には神社が造営され、賽銭箱にお賽銭を入れながら、各々が願い事をしました。また、絵馬に祈願の内容を書き、神社に奉納も行っております。

年が変わり、気持ちを新たにする意味もこめて書き初めも行いました。それぞれ好きな言葉を自由に書いていただきました。言葉に気持ちを乗せて、新たな年を過ごしていききたいですね。

一月の誕生会では、利用者様のお顔とほぼ変わらないサイズの特大誕生カード贈呈、職員によるギター演奏で一月生まれの方々をお祝いしました。

皆様、今年もよろしくお祈りします！

