

中核症状の理解と 生活・仕事における影響と 工夫について

狭山尚寿会病院 認知症疾患医療センター
リハビリテーション部 精神部門
作業療法士 福澤 伊織

認知症とは

生後いったん正常に発達した種々の精神機能が、
慢性的に減退・消失することで、日常生活・社会生活を営めない状態

2つ以上の認知領域(記憶、実行機能、注意、言語、社会的認知と判断、精神運動速度の遅延、視覚・知覚または視空間認知)において
以前と比較し機能低下を特徴とする後天性脳症候群。
認知機能障害は加齢に起因するものではなく、個人の
日常生活活動の自立を著しく妨げるもの。

ICD-11(WHO)より

認知症とは

何らかの原因で認知機能に問題が生じ、日常生活が困難な状態

- アルツハイマー病
- レビー小体病
- 脳血管性認知症
- 前頭側頭葉変性症
- 正常圧水頭症
- 進行性核上麻痺
- 甲状腺機能低下症
など

- 忘れる
(記憶障害)
 - 日時や季節が分からぬ
(見当識障害)
 - 計画的な行動ができない
(遂行機能障害)
 - 無いものが見える
(幻視)
- など

- 薬を飲み忘れる
 - 同じ話を繰り返す
 - 同じものを買う
 - 自宅が分からぬ
 - 道に迷う
 - 着替えができない
 - 料理ができない
- など

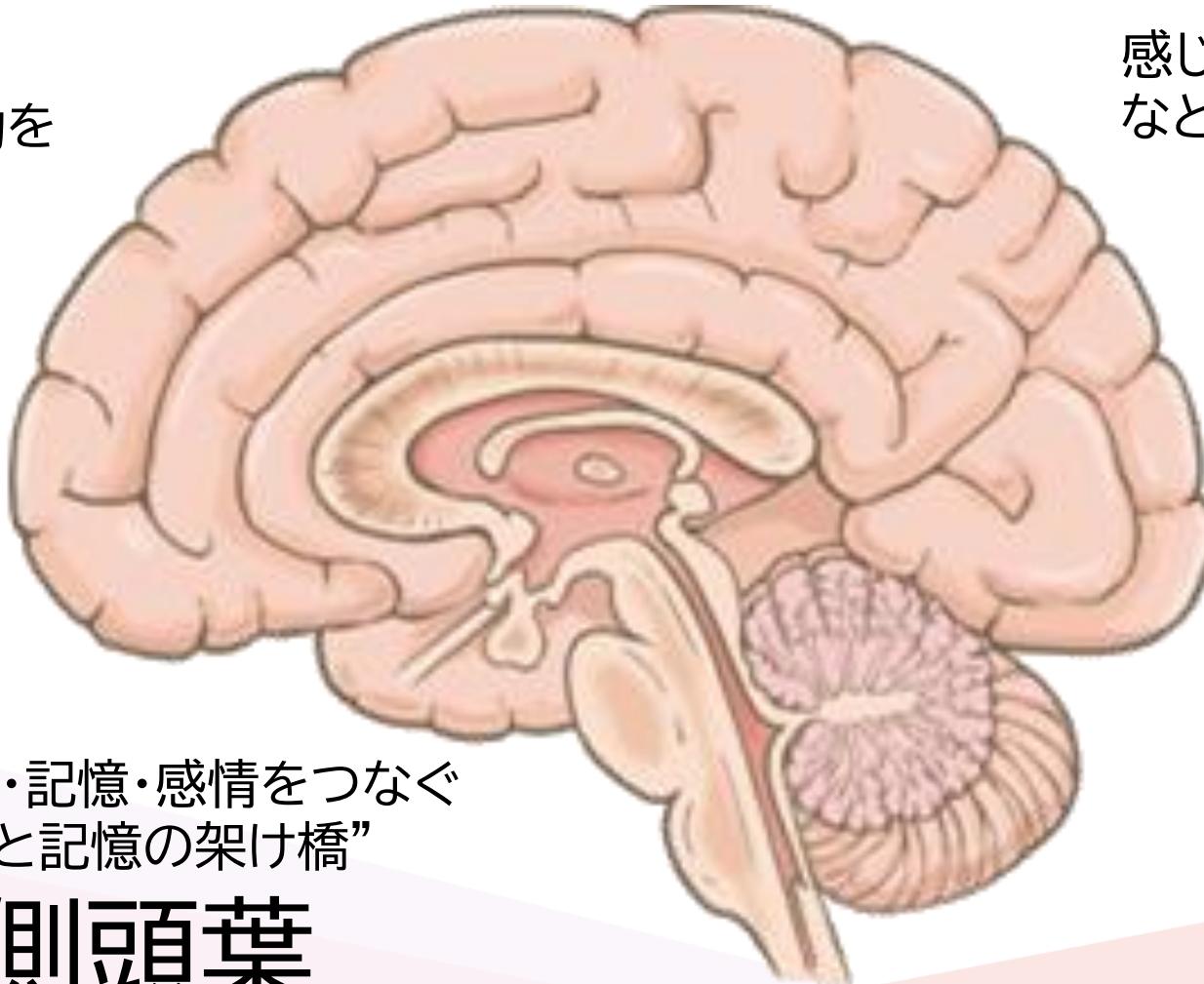
脳の仕組みを理解してみる

人間の理性と行動を
コントールする
“脳の司令塔”

前頭葉

言語・音・記憶・感情をつなぐ
“心と記憶の架け橋”

側頭葉



感じる・わかる・位置をつかむ
など感覚の情報を地図のよう
に整理する
“感覚の統合センター”

頭頂葉

目で受け取った情報
を理解する
“視覚の中枢”

後頭葉

アルツハイマー型認知症 (52.6%)

記憶障害が中心

同じことを何度も聞く

大事なものの置き忘れ、しまった場所を忘れる



見当識障害

日付や時間、自分がいる場所が分からない
人や物の名前が出てこない

「あれ」や「それ」との言葉が増える

実行機能障害

物事の計画的に段取り良く進められない

や



- ・スマホやカレンダーの活用 アラーム設定をしておく
- ・「やることリスト」を貼っておく

血管性認知症 (17.0%)

脳梗塞や脳出血が原因となる

これまで最多とされていたが、アルツハイマーに次いで2番目に多い。

糖尿病や高血圧症、高脂血症などのいわゆる
生活習慣病が大きく関係



言葉は出にくいけど、相手の話しを理解できることは多い！
(感覚性失語では出来ない)
何気ない言葉が本人のプライドを傷つけてしまう事も。

前頭側頭型認知症 (9.4%)

脳の前方側頭部の障害

病気の自覚がない、身なりや周囲に無関心となる、常同行動、万引きや暴力等が見られる



- ・初期は比較的記憶が保たれている
- ・常同行動
- ・環境の変化を少なくする

体で覚える作業等、習慣化は可能
行動のルールを具体的に伝える

生活に適した、より良い方向に向け直すことが可能な場合も。
途中で遮ると悪化する場合もある

レビー小体型認知症 パーキンソン病による認知症 (4.0%)

初期は物忘れ、判断力の低下といった認知機能障害は少ない

初期

①幻視

人や小動物、虫がはっきりと見える、初期には現実と区別が付かない場合も

②睡眠時の異常行動

夢の内容を実際に体で表現してしまう。叫ぶ殴る蹴るなど

③注意力や意識の変化

日により、1日の中でも活動性や覚醒に変動が見られる

④パーキンソン症状

動きがゆっくり、転びやすい、自律神経症状(起立性低血圧)など

*薬の過敏性



- ・幻視 否定はせず、話をよく聞く。安心させる対応。部屋の明るさを十分に保つ
- ・1日の予定を詰め込み過ぎない
- ・日常生活への注意を払う 転倒や体の動き

	アルツハイマー型	前頭側頭型	レビー小体型
障害部位	海馬(記憶の中枢)	前頭葉・側頭葉	大脳皮質と脳幹のレビー小体
初期症状の特徴	物忘れ	性格の変化 社会的ルールの逸脱	幻視や注意力の変動
記憶障害	早期から強い	初期は軽い	初期は軽い
注意・集中力	徐々に低下	比較的保たれる	変動あり(日により異なる)
言語障害	失名詞など	強い場合もある(言葉が出ない)	軽い
行動・感情変化	徐々に出る	早期から(衝動的・無関心)	幻視・妄想を中心
運動障害	なし	なし	パーキンソン症状
睡眠障害	中途覚醒など	あまり目立たず	レム睡眠行動障害
誤診されやすい疾患	うつ病	精神疾患、人格障害	うつ病、パーキンソン病、統合失調症など
抗精神薬への反応	通常	通常	過敏(強い副作用に注意)

認知症とは

何らかの原因で認知機能に問題が生じ、日常生活が困難な状態

- アルツハイマー病
- レビー小体病
- 脳血管性認知症
- 前頭側頭葉変性症
- 正常圧水頭症
- 進行性核上麻痺
- 甲状腺機能低下症
など

- 忘れる
(記憶障害)
 - 日時や季節が分からぬ
(見当識障害)
 - 計画的な行動ができない
(遂行機能障害)
 - 無いものが見える
(幻視)
- など

- 薬を飲み忘れる
 - 同じ話を繰り返す
 - 同じものを買う
 - 自宅が分からぬ
 - 道に迷う
 - 着替えができない
 - 料理ができない
- など

記憶の仕組み



初期では 最近の記憶が思い出せない
進行すると ついさっきのことでも忘れてしまう

昔の記憶は比較的保たれてる

見当識障害

【見当識】 時間や空間、周囲の自分を把握する能力のこと

「時間」

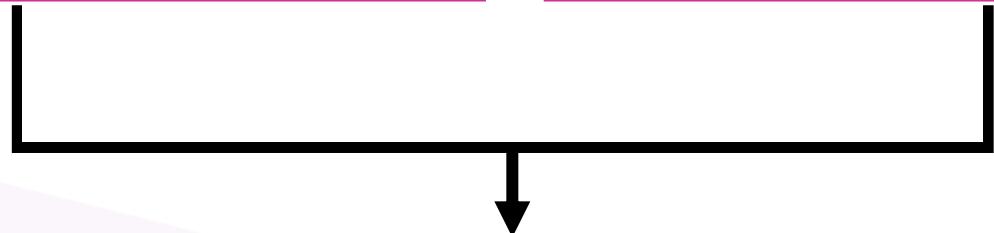
お昼なのに明け方だと思う
冬なのに夏だと思う

「場所」

外出したまま帰ってこない

「人」

知人の顔も
わからなくなってくる



時間や場所などの認識が障害されやすい

見当識障害の発症に、記憶障害や判断力障害が背景にあると考えられている。
注意障害の影響も見られる。

実行機能障害

物事を順序良く進めることが難しい
同時に複数の作業がこなせず、仕事のミスが増えたり料理の手順を間違えたりする

ex)料理の手順がわからない
新しい環境への適応が困難
通帳記入などの事務作業も困難

→ 生活リズムが乱れやすくなるため
日課表の活用や環境の整備など具体的な支援が必要

失語

聞く、話す、読む、書くなどの言語機能が障害された状態。

ブローカー失語(運動性失語)
ウェルニッケ失語(感覺性失語)
健忘失語(失名詞失語)
全失語

4つに大きく分けられる

健忘失語(失名詞失語)

言葉の理解と話すことはできるものの、物や人の名前がすっとでてこない
「あれ」「これ」といった指示語や同じ言葉を繰り返したりする
会話が途切れがちになる

気持ち・性格の変化

認知症の症状の出現

自分の変化に自分で気づく

①自分の変化への不安・怒り

「なんでうまくできないんだろう」「前みたいにできない」と強く落ち込む

②うつ状態・意欲低下

仕事でのミスが増えることで自信を喪失「もう自分はダメだ」と思い込み、うつ病と誤診されることも

③対人関係の変化

感情のコントロールが難しくなり、怒りっぽくなる急に涙を流す。孤立しやすくなる。

④社会的役割の喪失感

仕事・子育て・家庭内の役割を失う
「迷惑をかけちゃいけない」と引きこもりがちになる

認知症とは

何らかの原因で認知機能に問題が生じ、日常生活が困難な状態

- アルツハイマー病
- レビー小体病
- 脳血管性認知症
- 前頭側頭葉変性症
- 正常圧水頭症
- 進行性核上麻痺
- 甲状腺機能低下症
など

- 忘れる
(記憶障害)
 - 日時や季節が分からぬ
(見当識障害)
 - 計画的な行動ができない
(遂行機能障害)
 - 無いものが見える
(幻視)
- など

- 薬を飲み忘れる
 - 同じ話を繰り返す
 - 同じものを買う
 - 自宅が分からぬ
 - 道に迷う
 - 着替えができない
 - 料理ができない
- など

日常生活での困りごと

ドアが開けられない

①行為手順の失行

- ・ドアを開ける一連の動作がわからない
*ADで見られやすい



③注意力・集中力の低下

- ・「ドアを開ける」という行為に意識を向けられない
- ・途中で別のこと気に取られる

④判断・理解の低下

- ・「このドアを開けてもよいのか」
- 「どうすればよいのか」という判断が出来ない
- ・見慣れないドアで混乱
*FTDで見られやすい

環境の工夫

ドアノブの色を変える目立たせる

「押す」「引く」「回す」など大きな文字で表示

自動ドア、引き戸など動作が少ない仕組みに変える

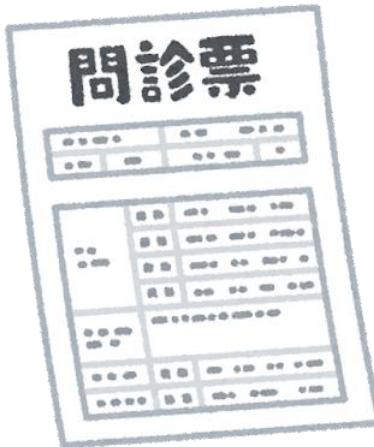
よく使うドアには写真やマークを貼ってわかりやすくする

日常生活での困りごと

字が書けなくなつて問診票が書けない 単なる物忘れではない

①行為手順の失行

- ・ペンの持ち方、字を書く手順がわからない
- ・枠の中に書けない



②書字障害

- ・文字の形や書き方を思い出せない
*ADで見られやすい

③注意力・集中力の低下

- ・書き始めても気が散ってしまう
- ・質問文を途中まで読んで理解が止まる

④理解の低下

- ・問診票の質問文の意味が分からぬ
(「既往歴」「服薬中」など)
*FTDやADの進行期に見られやすい

①問診票の形式

「既往歴」「服薬中」などをわかりやすい言葉にする

②本人が安心して書けるような工夫 「ゆっくりでも大丈夫」焦らない声掛け

③代筆や一緒に書く

本人の言葉を代弁してもらう

日常生活での困りごと

約束の時間を守れない

①記憶障害

- ・約束したこと自体を忘れている
 - ・メモをしても、メモの存在を忘れる
 - ・日時を間違えて覚えている
- *ADでよく見られる

③実行機能障害

- ・約束の時間をわかつっていても、何時に家を出る？何を準備する？がわからない
 - ・準備に想像以上の時間がかかる
- *FTDでよく見られる

⑤注意・集中力

- ・時間を見忘れる、アラームに気づかない
- ・他のことに集中して意識が向けられない

②時間の見当識障害

- ・時間の流れが把握できない
 - ・朝と夜が混乱する
- *ADやDLBでよく見られる

④理解の低下

- ・遅れても大丈夫、後から行けばよいなど状況の重大さについて理解が難しい
 - ・社会的ルールに無頓着
- *FTD見られやすい



①約束を記憶に頼らない工夫 約束は見える化 予定は1つずつ

②時間を意識しやすくする工夫 デジタル時計の使用 アラームは複数回

③周囲のサポート 安心して行動できる環境づくり

日常生活での困りごと

探しているものが目の前にあるのに見つけられない 一見不思議ですが…

①視覚認知・空間認知

- ・物の位置や形を正しく理解できない
- ・あることはわかるのにどこにあるかがわからない

*DLBやADで見られやすい



②注意・集中力

- ・探しているものに集中できず
目の前にあっても気づかない
- ・他のことに気を取られる

③記憶・行動の障害

- ・何を探している？どこを探せばよい？計画が立てられなくなる
- ・手順通りに探せない

④判断力の低下

- ・どれが探しているものなのか判断が出来ない
- ・1つの物にこだわって他を見落とす

①物の住所を決める

物を決まった場所に置く

②物の整理整頓

机や棚の上に物を置き過ぎない 物の種類ごと

③見つけやすい工夫

目立つ色のケースや箱に入れる

日常生活での困りごと

自分の靴がわからなくなる

①視覚認知・空間認知

- ・靴の形や向きがわからない
 - ・人の靴や同じ形をしているものとで区別が出来ない
- *DLBで見られやすい

②物の認識の障害

- ・靴を見ても「靴」と認識できない
 - ・見間違えて、鞄など他の物だと思う
- *ADで見られやすい

③記憶障害

- ・自分の靴の色や形を覚えていない
 - ・どの靴を履いてきたのか忘れてしまう
- *ADで見られやすい



④判断力の低下

- ・自分のものかどうか判断できない
 - ・似ているから同じと思い込む
- *FTDで見られやすい

①靴を見つけやすくする いつも同じ場所、専用の置き場所を作る

②見分けをつける 内側や外側に印をつける

③声掛けや誘導の工夫 間違えて履いても自然に交換を促す

日常生活での困りごと

電球が交換できない 単純作業だけど実は…複雑。

①空間認知

- ・電球ソケットとの位置感覚がつかみにくい
 - ・回す方向がわからない
- *DLBでよく見られる

③注意力の低下

- ・途中で別のこと気に取られてしまう
- ・電球を交換するつもりが、別の部屋に行き忘れてしまう



②行為失行(やり方がわからない)

- ・手順や動作の順序がわからなくなる
 - ・手に取った電球をどうするのわからない
- *ADで見られやすい

④判断力の低下

- ・電球が切れてもどうした良いかわからない
 - ・新しい電球をどれを選べばよいのかわからない
 - ・危険性を理解できずに行動する
- *FTDで見られやすい

①環境の工夫

LED電球など長期使用できるものにする

②作業のサポート

1工程ずつ声掛けを行う 危険を伴う場合は無理はしない

日常生活での困りごと

いつも通る道がわからない うっかりや注意不足だけではない

①空間認知

- ・自分がどの方向に進んでいるのかわからない
 - ・建物や交差点を正しく理解できない
- *ADで見られやすい

③視覚認知

- ・建物を見ても「どこかわからない」と感じる
- ・風景がいつもと少し違う(行き帰り)ことで混乱
- ・看板や標識を見落とす

②記憶障害

- ・毎日通っていても、次どこを曲がるのか思い出せない
 - ・出発地と目的地が混乱する
 - ・出かけた目的を忘れる
- *ADで見られやすい

④判断力の低下

- ・引き返したり、助けを求めるといった対応は困難
 - ・道に迷ったと気づいても、判断ができない
 - ・道を間違えても気づかない
- *FTDで見られやすい



①外出のサポート

遠出をするときは一人は避ける GPSを携帯する

②道をわかりやすく

家の近くのルートは固定する

③支援者の関わり

行先を共有しておく 連絡手段を確認しておく

日常生活での困りごと

洋服を着るのが大変

動きが遅い、面倒になったではない



①空間認知

- ・袖口やズボンの裾がわからず通せない
 - ・ねじっていてもわからない
 - ・衣服の向きがわからない
- *DLBやADで見られやすい

③注意・集中力

- ・着替え途中で周囲に気がそれる
 - ・何枚も重ねてきてしまう
- *FTDでよく見られる

⑤身体症状

- ・ボタンやファスナーが困難
 - ・立位で着替えるのが難しい
- *DLBに見られる

②行為失行

- ・手順がわからない(袖を頭に通す、向きがわからない、ボタンの掛け間違い)
- *ADで見られやすい

④判断力の低下

- ・季節や場面に合わない服を選択する
- ・左右違う靴下に気づかない

①服の種類

かぶりタイプやマジックテープ付き 少数精録にする

②手順をわかりやすく

1動作ずつ声をかける 焦らせない

③着替えの環境調整

明るい照明 座って着替えてみる

まとめ

1つの日常生活の困りごとに対して様々な要因が重なっています
＊疾患によって声掛けの仕方、対応方法は異なる

認知症(特に若年性)の方は

困っているように
見えない
と思われがち…

→ 支援が必要ない

→ ちょっとした支援で
社会で生活が送れるようになる



ご清聴
ありがとうございました