

カラダにいい話。

社会医療法人全仁会 倉敷平成病院の医師による健康コラム。
病気の病状・予防法・治療法など健康について掲載いたします。

アルツハイマー型認知症に特徴的な「もの忘れ」の理解を深める

社会医療法人全仁会 倉敷平成病院
認知症疾患医療センター長 神経内科部長 涌谷 陽介



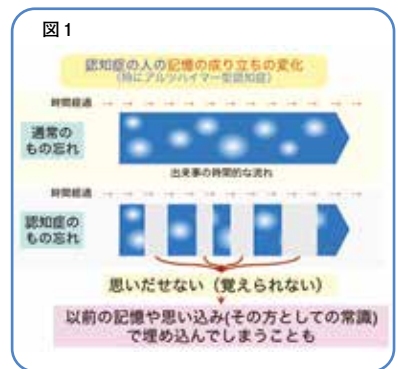
「忘れる」事自体は、誰でもあります。むしろ「忘却」は心を（すなわち脳を）すこやかに保つ重要な脳の機能です。しかし認知症、特にアルツハイマー型認知症で一番初期から目立つ症状は、「もの忘れ」の頻度の増加・程度の悪化や性質の変化です。

「海馬」の働き

刻一刻と脳に入ってくるほぼすべての情報は、一旦「海馬」と呼ばれる部位を通ってふるいにかけられ、色々と分別された後、その情報処理を担当する脳の各部位（大脳皮質）に蓄えられます。一番頻度の高いアルツハイマー型認知症では、この「海馬」の機能の衰えから症状が始まります。

アルツハイマー型認知症でみられる「もの忘れ」

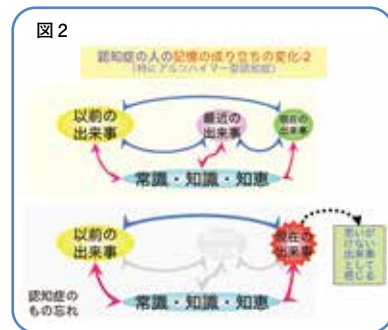
アルツハイマー型認知症の「もの忘れ」と私たちが日頃から経験している「もの忘れ」はどう違うのか、なかなか理解しづらいものです。図1は、時間的に短い幅の「記憶」の模式図です。左から右に流れていく記憶の帯のようなものを想像してみてください。上段は私たちが体験している「もの忘れ」で、下段はアルツハイマー型認知症の方が体験して



いる「もの忘れ」です。アルツハイマー型認知症の方は、誰にでもある「もの忘れ」だけでなく、その時間帯における情報（見聞きした事、体験）がすっぽりと抜け落ちてしまうような「もの忘れ」が目立つようになります。すっぽりと抜け落ちてしまった情報を思い出すことはかなり困難になりますし、自分の中でつじつまも合にくくなります。また、抜け落ちてしまった記憶を「そうだったはずだ」という以前の記憶・体験やその方としての常識で埋め込むことも増えます。

アルツハイマー型認知症でみられる記憶の成り立ちの変化

図2は、アルツハイマー型認知症の記憶の成り立ちの変化をごく単純化して表したものです。



アルツハイマー型認知症では、「現在」進行形の目の前の出来事と「少し前の出来事」と「かなり前の出来事」、およびこれまで培ってきた「知識」「常識」「知恵」との情報交換がスムーズにいなくなっていくます。また、「これから何をするのか」という考えが保持しにくくなる、さらに混乱は深まります。つまり、現在進行形で起こっていることが「思いがけない」出来事になりやすいのです。例えば症状として探し物

が多い場合、「物をしまった事（いつ、どこに）自体を忘れてしまっている」と第三者は理解しますが、ご本人にとっては、「思いがけなく財布が見つからない」、「思いがけなくバッグが見つからない」（「思いがけなくあるはずのものが見つからない」）、ということになります。このような状況では、勘違いや取り違えをしやすくなったり、心持ちとしてとまどいや不安が増え、人を疑う気持ちが芽生えるきっかけになったりしてしまうことが想像できます。

「安心」につながるサポートを

私たちはアルツハイマー型認知症の方が持つおられるこのような記憶の不自由さをよく理解したうえで、生活上の「安心」につながるサポートを行っていく必要があります。「忘れてしまったこと」や「おぼえられないこと」をいわずに指摘し続けたり、叱りつけたりすることは、アルツハイマー型認知症の方の記憶の不自由さにさらに矛を突き刺したり、不安な気持ちをあおってしまったりすることにつながります（不安な気持ちが高じると「怒り」として現れることもあります）。例えば、不安げに「探し物が見つからない」と訴えられる場合は、眉をひそめず一緒に探したり、走馬灯のように繰り返される「探し物がない」という思いと不安な気持ちから離れてもらえるように気分転換をしてもらったりした方がいいですね。そして、私たちのサポートが「とてもうれしかった事」としてアルツハイマー型認知症の方の記憶に残っていくと嬉しいものです。