広報ただみ診療所

認知症をどう理解するか

朝日診療所　医師　山並（やまなみ） 寛明（ひろあき）

４月から診療所に常勤で勤めている山並です。私事ですが１月に認知症の講演をすることになり、本日は認知症について書きました。

まだ覚えている人もいるかも知れませんが、今や誰しもが知っている「認知症」は、平成１６年に生まれた言葉です。それまで「ぼけ」として捉えられることの多かった状態に病名が与えられたことは、どのような変化をもたらしたでしょうか。病院を受診していただけるとビタミン不足や硬膜下血腫（頭蓋骨の中、脳の外に血が貯まる病気）といった治療可能な隠れた原因があれば見つけて治療ができます。しかしながら認知症の最も多い原因であるアルツハイマー病は根本的な治療（つまり脳細胞を減らすのを止めるか遅らせる）薬が今のところなく、あるのは症状（記憶力や判断力の低下）が長期的に見て抑えられると示された薬のみであり、治療効果を目に見える形で実感できないのが現状です。むしろ認知症という病名で本人が落ち込んだり、周囲から心理的な距離を抱かれたりするマイナス面があるかもしれないことには注意が必要です。

「認知症」は厳密には病気でなく、障害です。どういうことか説明するのに、厚生労働省のホームページから認知症の説明文を引用すると、『脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態』とあります（下線は筆者が追加）。つまりこれに従うと、屁理屈のようですが、脳の障害で認知機能が下がっていたとしても、生活に困っていなければ極端な話「認知症」でない、ということです。ここから見えてくるのは２つのアプローチです。１つは先ほどにも述べたような脳の障害に対する医学的アプローチ。そしてもう１つは、認知機能の低下があっても生活に支障が出ないよう周囲の環境の工夫をすることです。前者には限界がありますが、後者は一緒に考えることができます。本人と家族だけで悩まず、かかりつけ医や地域包括支援センターにぜひ相談してください。

地域おこし協力隊として Vol.97

只見町に来て８か月経ちました

只見町教育振興協力隊　中島（なかしま） 美穂（みほ）

教育委員会でお世話になっています中島と申します。

単身只見に来て早８か月経ちました。この間いろいろありましたが、どうにかここまで来たという感じです。

振返るほどの期間を過ごしたわけでは無いのですが、１、２年住んでいるような錯覚を起こします。たぶん、それだけここでの生活が濃いのだろうと思います。

現在、いただいている仕事は今まで経験のない事が多く、「困った」、「どうしよう」と常に頭を抱えています。とはいっても始めなくては何も進まないので手探りでやりつつ、周りに助けを求めながら業務を進めています。なりふり構わずの体なので周りの方々には迷惑しかかけていないと自覚しつつも頼ってしまう自分を情けなく思うこともしばしばです。

ですが、そんな私にいつも手を差し伸べてくださる皆様に本当に感謝しかありません。この場を借りてお礼を申し上げます。

今年は皆さんに迷惑をかけない事を目標に頑張ろうと思います。

１２月に降った大雪の洗礼を受け少し途方に暮れていますが、効率的な除雪の仕方を研究しながら、雪の生活にも早く慣れたいと思います。

これからもよろしくお願いいたします。