

第10回 認知症と予防

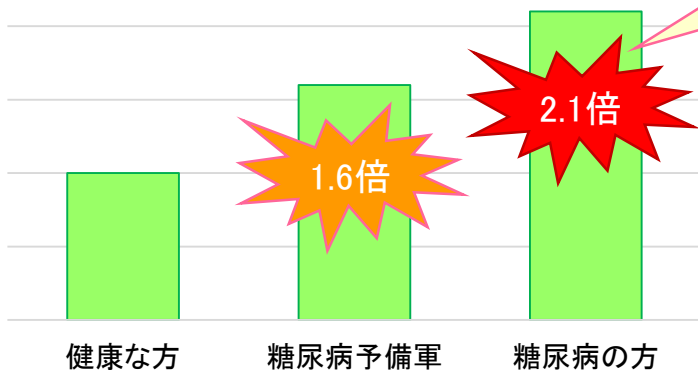
月刊 糖尿病ライフ さかえ 2019年7月号より引用

<加齢による物忘れと認知症による物忘れの違い>

加齢によるもの		認知症によるもの
体験した事の一部	忘れる範囲	全体
記憶障害のみ	記憶障害	記憶障害と共に判断障害や実行機能障害も
あり	物忘れの自覚	なし
努力して見つけようとする	探し物	誰かが盗ったということがある
あり	時間や場所の認識	なし(自分の置かれている状況がわからない)
みられない	取り繕い	しばしばみられる
支障なし	日常生活	支障あり
極めて徐々にしか進行しない	物忘れの進行	進行性がある

一般の方も
参考に!!

<認知症になる割合>



健康な方に比べ、糖尿病の方は
2.1倍認知症になりやすい



認知症予防に特別なものはありません。
 バランスのとれた食事をする、適度な運動をする、
 他人と接する機会を多くするなどです。
 認知症を完全に治す薬はありませんが、
 進行を遅らせる薬はありますので、
 予防に努める一方で、いかに早期発見できるかが
 大切です。

思い当たる方は、脳神経内科や脳神経外科
 への受診をお勧めします。

(Ohara.T.et.al. 2011 久山町研究)