

Rotary Club of Satte Chuo



2013-2014年度RIテーマ

ロータリーを實踐し みんなに豊かな人生を
”Engage Rotary, Change Lives”

会長 芝田 佳三

幹事 井上 亮

例会日; 毎週火曜日

事務所; 埼玉県幸手市南2-6-20 G-Five内

〒340-0156 TEL & FAX 0480-44-0056

例会場; G-Five 2階会議室

国際ロータリー会長 第2770地区 ガバナー
ロン D. バートン氏 渡邊 和良氏

2014年 1月28日 火曜日
第720回例会 No.27

[開会]

[開会点鐘]

[ロータリーソング斉唱] 我らの生業

[四つのテスト唱和]

[ビジター紹介]

本日のお客様

堀中脳神経外科クリニック

院長 堀中直明様



[本日の例会]

わかりやすい認知症

堀中脳神経外科クリニック

院長 堀中直明様



●海外ではおよそ 100 年前の
1906 年、ドイツのアロイス・アル
ツハイマーが進行性の認知症と
特異な脳萎縮を示した症例を確認。

日本では江戸末期から明治の初頭「狂ノ一種」と表現さ
れ、1908 年より呉秀三らによって痴呆症と提唱され、
2005 年より日本認知症学会より認知症と名称変更が決
定された。

“今後の 10 年、Decade of Dementia”

●そもそも認知症とは？

・『認知症』とは脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断
力などの障害がおこり、普通の社会生活がおくれなくな
った状態。

・認知症の発症原因は、単なる加齢に伴う脳機能障害で
はなく、人間関係や社会的役割、日々の生活における**孤
独や孤立**の問題が大きくかかわっていると考えられてい
る。

→ **核家族化**



代表的なものがアルツハイマー病

アルツハイマー病になった著名人
アメリカ合衆国元大統領ロナルド・レーガン
イギリス元首相マーガレット・サッチャー
日本人女優南田洋子

[会長挨拶] 芝田 佳三会長

昨年、厚労省の発表によると
日本の認知症患者は462万人
で、10年後団塊の世代が75才
を過ぎると推定700万人を超え
ると推定されています。どこで
介護を受けるか大きな社会問題
です。今から私達は、老後の生
き方と生活する場所を決めておく必要が有ります。



[幹事報告] 井上 亮幹事

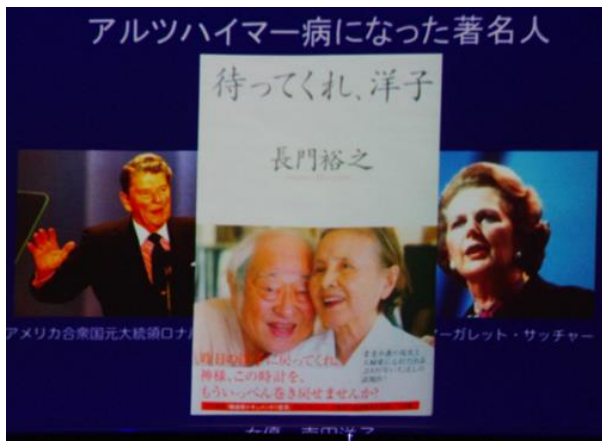
例会遅れまして申し訳ござい
ません。

堀中先生、アルツハイマー型
認知症についてのお話、ありが
とございました。

高齢者人口が増える中、わかり
やすい話で、あっという間の 30
分でした。

予防のために、「食べ過ぎないこと、ウォーキング 30 分
週 5 日、7 時間睡眠、規則正しい生活」等、参考になりま
した。



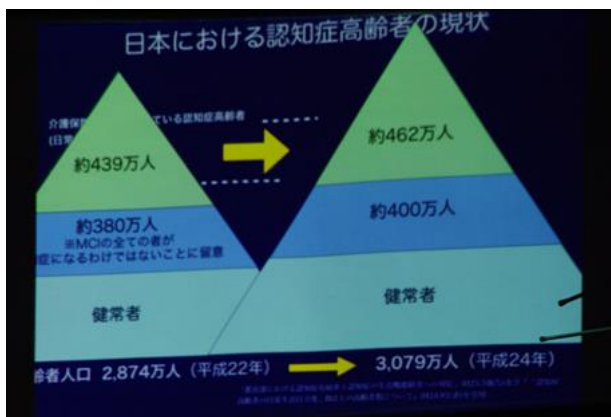


うつ病性仮性認知症と認知症の違い		
	うつ病性仮性認知症	認知症
もの忘れの自覚	ある	少ない
もの忘れに対する深刻さ	ある	少ない
もの忘れに対する姿勢	誇張的(強調)	取り繕いの
気分の落ち込み	ある	少ない
典型的な妄想	心気妄想 「ぼけてしまってもうダメだ」(自分の能力低下を嘆く)	物盗られ妄想 「しまっておいた物が盗まれた」
脳画像所見	正常	異常
抗うつ薬治療	有効	無効

比較的若い人で物忘れを強く訴える人に多い



認知症の症状は、どの患者にも共通の**中核症状**と個人差がある**周辺症状**に分けられます。



なぜ認知症患者数が急激にふえているのか？

- ①日本人の平均寿命が延びているため
- ②日本人の食事変化のため
- ③核家族化が大きな問題となっている

老化によるもの忘れと認知症の違い		
	加齢・老化	認知症
もの忘れ	物事をとっさに思い出せない	エピソード記憶の障害
時間・場所	理解出来る	場所・時間がわからない
幻覚・妄想	なし	あり
人格	精神症状あり	精神症状あり、時に人格崩壊
日常生活	支障なし	あり

周辺症状	
その人の性格や素質、環境などによって出方が異なります	
幻覚や妄想	実際ないものを見たり聞いたりする。お金が盗られたなどと思い込む。
不安や焦燥	初期のころは、自分の状況に違和感を覚え不安や焦燥を訴える。
仰うつ状態	落ち込んだり、急に怒りっぽくなる。
徘徊	目的もなく歩き続ける。
失禁	排泄に失敗する。人によっては自分の便をいじる弄便(ろうべん)をする。
攻撃的行動	身近な人に暴力をふるう。
異食	食べ物以外のものを口にする。
睡眠障害	寝つきが悪くなり、長時間寝られない。

中核症状 脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状	
記憶障害	・老化による物忘れとは異なり、体験したこと自体を忘れる
見当識障害	・今がいつなのか(時間・季節の感覚がなくなる) ・今どこにいるのか(道順の感覚がなくなる)
実行機能障害	・計画を立てて実行できなくなる ・仕事や家事などの段取りができなくなる
理解力・判断力の低下	・真夏にセーターを着る ・計算ができなくなる ・考えるスピードが遅い
失認・失語・失行	・それが何かわからない ・物や人の名前が出てこない ・服の着方や道具の使い方が分からない

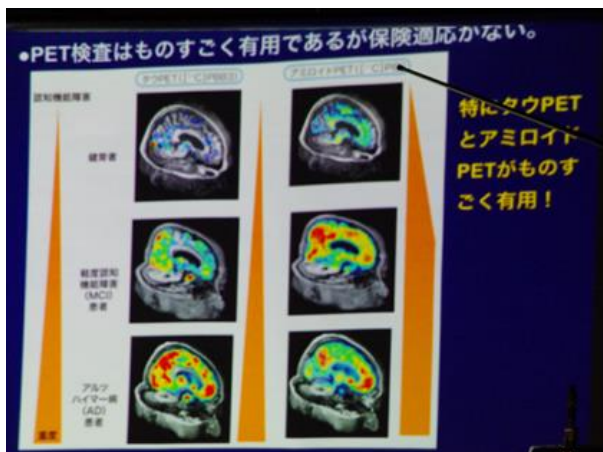
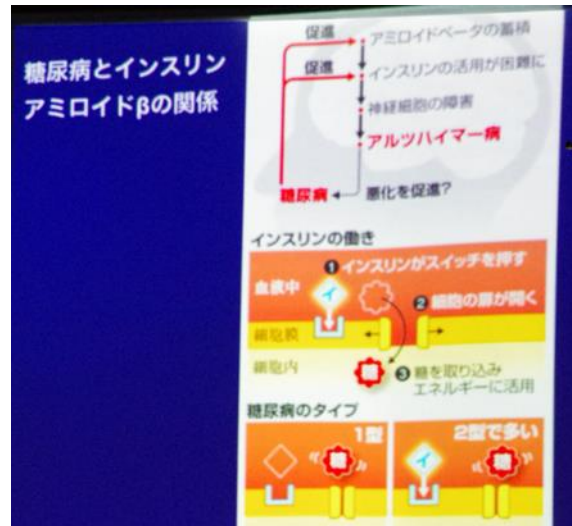
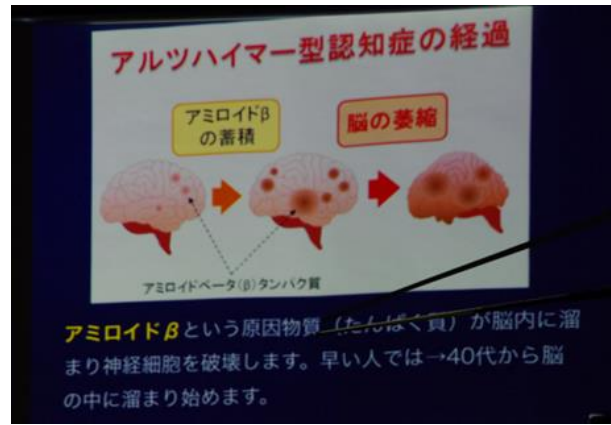
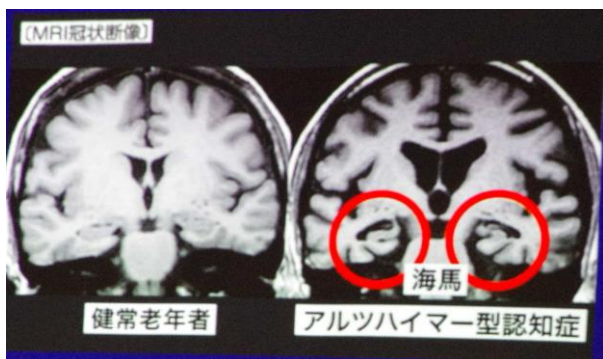
認知症の原因となる疾患

- ①アルツハイマー病(アルツハイマー型認知症)AD
- ②脳血管障害(脳血管性認知症)
- ③びまん性レビー小体病(レビー小体型認知症)
- ④前頭側頭葉変性症・ピック病など
- ⑤その他認知症をきたすその他の疾患;
慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、脳腫瘍、脳炎、神経変性疾、薬物中毒、欠乏症、代謝疾患等

認知症の中で6割を占めるアルツハイマー型認知症

アルツハイマー型認知症(AD)の診断

MRI 検査では、脳の委縮の状態が分かります。アルツハイマー型認知症の初期では、脳全体では目立った委縮は見られませんが、側頭葉内側、海馬などが委縮していることがわかります。



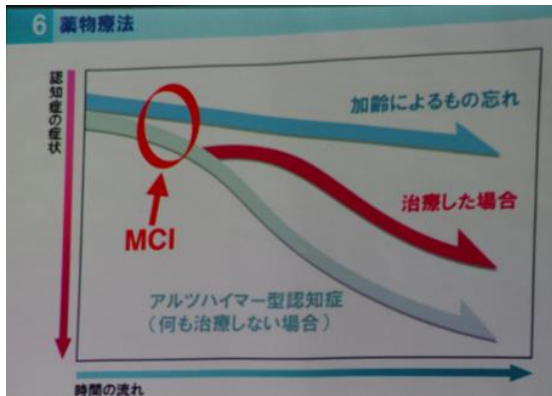
●認知症を誘発しやすい薬剤

表1 認知機能低下を誘発しやすい薬剤

向精神薬	向精神薬以外の薬剤
抗精神病薬	抗Parkinson病薬
催眠薬・鎮静薬	抗てんかん薬
抗うつ薬	循環器病薬(降圧薬、抗不整脈薬、利尿薬、ジギタリス)
	鎮痛薬(オピオイド、NSAIDs)
	副腎皮質ステロイド
	抗真菌薬、抗ウイルス薬
	抗腫瘍薬
	泌尿器病薬(過活動膀胱治療薬)
	消化器病薬(H ₂ 受容体拮抗薬、抗コリン薬)
	抗喘息薬
	抗アレルギー薬(抗ヒスタミン薬)

最近話題の **MCI**(軽度認知障害)

物忘れの訴えがあり、加齢に伴う記憶障害の範囲を超えた記憶障害が存在するものの、全般的な認知機能は正常に保たれ、したがって**日常生活動作は保たれることから、認知症とは呼べない状態。**



今後の新たな治療戦略

MCI 症例のうち **10-15%**が**認知症に進展する**との報告がある。

症状の軽微な MCI の時期に投薬されればより効果的！

2010 年 7 月にハワイで行われた国際アルツハイマー学会に改定の草案が発表され AD,MCI に続いて、Aβ の生産が始まった段階、つまり認知症症状の発症前段階についても AD とする考えを発表している。

認知症に先手を打つべし！

それぞれの治療薬の使い方

“陽性症状”

(妄想・幻覚・興奮・攻撃性・高揚感・多幸・易刺激性・情緒不安定・行動異常など)

“陰性症状”

(うつ・不快・無感情・無関心など)

●より“陽性症状”に効果を示す薬剤

メマンチンと**リバスチグミン**

●より“陰性症状”に効果を示す薬剤

ドネペジルと**リバスチグミン**

あくまで従来データからの推測による

●脱落してしまった場合の次の選択肢は？

他の薬剤に切り替えることで過半数の患者に効果が期待できる。確かに作用機序が一部異なるが、同種の ChEI 同士でも反応が異なる為。

●副作用に対して気を付ける事は？

メマンチンは夕方服用。心不全等の患者には ChEI の注意！

錠剤(飲み薬)以外の貼付剤 **リバスチグミン**



拒薬をされる方に使用されるケースが多い。



AD治療薬による“改善”と“悪化”の表裏一体の関係	
改善	悪化(または副作用)
①周囲に関心を示し、意欲的になった	①余計な事をするようになった
②火事に協力しようとするようになった	②失敗が増えた。後片付けが大変になった
③会話(言葉数)は増えた	③口答えするようになった
④意思表示ができるようになった	④デイケアを幼稚だと拒否するようになった
⑤表情表現が豊かになった	⑤喜怒哀楽が激しくなった

Q.9 未来の認知症治療に対するヒソコ

●アルツハイマー型認知症(AD)のワクチン療法

- 能動免疫:βアミロイドを抗原として投与方法→脳炎を生じ中止
- 受動免疫:マウスに抗原を投与し、ネズミで作った抗体を投与や

脳炎(-)も血管性浮腫、1本20-30万円と高価、3ヶ月毎の投与が必要、予防投与が出来ず、免疫してからなどの欠点あり、パレニューズマブ抗体(エラン&ワイス)→フェーズIII

●現在とは順天堂の田平教授は、再度能動免疫に注目し、抗原の脳炎を生じる部位が特定できたため、その部位を外して安全な部位を使用、アミロイドβ蛋白を作る遺伝子をウイルスベクターに入れ、投与すると脳管の細胞に感染して、アミロイドβ蛋白が作られ、その蛋白質に対して私たちの体が反応する。→**能動免疫**→脳炎を起こさないことで有名！

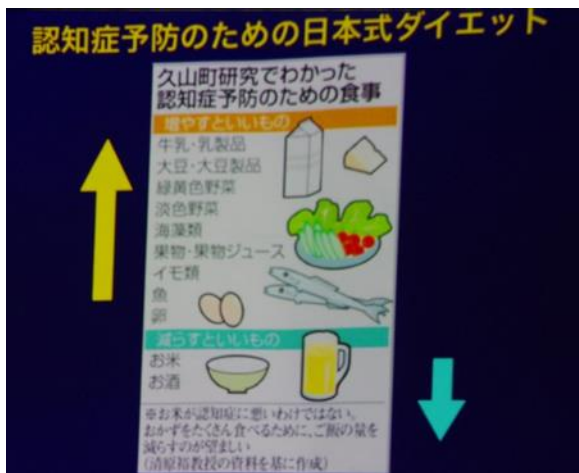
自宅で行える認知症予防のコツ

- ①脱水を防ぐ(毎日 1300ml以上の水分補給)
- ②便秘を防ぐ
- ③規則正しい食生活(1600kcal 以上の食事を心がける)
- ④とにかく散歩(軽めの有酸素運動)
- ⑤7時間程度の十分な睡眠
- ⑥趣味やレクリエーション

③規則正しい食生活

認知症リスクを下げると言われている地中海式ダイエットの食事パターン

地中海風の食材	野菜と果物を多めに
・果物	パンは全粒粉を使ったもの
・野菜	豆類、イモ類、ナッツ類が多い
・オリーブ油	オリーブオイルを使う
・パン(穀物)	魚、鶏肉、乳製品を少量から中等量食べ、赤身肉は少なく
・魚	卵は週に4回以下
・豆	少量のワインを食事と一緒に



適度な運動で海馬の容積が増加、米研究

55歳以上の人が適度な運動を一年間続けたところ、記憶の形成を担う海馬の容積が増え、空間記憶が改善されたとする論文が、31日の米科学アカデミー紀要に発表された。

米ピッツバーグ大などの研究チームは、認知症がなく座りがちの生活を送る55～80歳の男女120人を集め、「ウォーキング(有酸素運動)を1日40分、週3回行う」、「ストレッチのみ行う」のいずれかのグループに無作為に分けた。

すると、有酸素運動をしたグループでは海馬の容積が左側は2.12%、右側は1.97%増加した。ストレッチをしたグループでは逆に、左側が1.40%、右側が1.43%減少した。

脳の老廃物排出、就寝後にスピードアップ

眠りに入った後の脳は、施設の照明が消えた後に清掃員が廊下の掃除を始めるようなもの—就寝後の脳内に起きる大きな変化により、老廃物が排出され、疾患を防いでいるとする研究論文が17日の米科学サイエンスに発表された。

ネズミを使った実験で研究者らは、脳細胞にたまった老廃物がどのようにして脳内血管を通じて循環系から肝臓へと排出されるのかを調べた。これらの老廃物には、蓄積するとアルツハイマー病の発症につながるとされているアミロイドベータと呼ばれるタンパク質が含まれている。

脳内老廃物は、脳脊髄液が脳組織を循環することで排出されるが、そのスピードは就寝中に増加する。就寝中は脳細胞が約60%収縮するため、脳脊髄液がより速く、より自由に脳内を流れるためだ。

脳内老廃物の排出は「グリンパティック系」と呼ばれる循環システムで起こる。この循環システムは、目が覚めているときよりも寝ている間にその活動量が約10倍になるとみられている。

社会参加・余暇活動・精神活動(感情や思考、創造)は、身体活動、知的刺激・精神活動(感情や思考、創造)は身

体活動・知的刺激・感動など複合的な要素を有しているため、**認知症・アルツハイマー病・高齢者の認知機能低下の予防に効果がある**とされています。ただし、これは厳密に科学的・統計的な照明がなされているわけではありません。

しかしこれらにの活動は、積極的に行っても副作用などのリスクはありません。旅行、編み物、ボードゲーム、園芸、観劇、がいしょうなど自分が気楽に続けられるものをやってみましょう。

認知症早期発見のポイント

●認知症は、早期発見・早期治療が大切です。

「おかしい」と思ったら、年齢のせいと考えて放置することなく、出来るだけ早い時期に、お近くの医療機関に相談に行きましょう。

●「おかしい」と気づいてから医療機関に相談するまでに、約7割以上の家族が**2年以上**かかっているとの報告があります。そ要素を一度診察を受け「大丈夫ですよ」といわれても年々症状が悪くなるようならば、もう一度、相談に行きましょう。

認知症の危険信号

- ・今まで出来ていた仕事や作業がこなせなくなった。
- ・簡単な計算の間違いが多くなった。
- ・時間や場所の感覚が不確かになった。
- ・慣れている道で迷った。
- ・同じことを言ったり聞いたりする。
- ・人と会う約束やその日時を忘れる。
- ・最近の出来事が思い出せない。
- ・大切なものをなくしたり、置き忘れたりする。
- ・ものの名前が出てこなくなった。
- ・今まで好きだった物に対して興味・関心がなくなった。
- ・日課をしなくなった。
- ・身だしなみに気をかけなくなった。
- ・ささいなことで怒りっぽくなった。
- ・以前よりもひどく疑り深くなった。

認知症:115人鉄道事故死 遺族にも賠償請求も・認知症またはその疑いのある人が列車にはねられるなど。た鉄道事故が、2012年度までの8年間で少なくとも149件あり、115人が死亡していたことが分かった。事故後、複数の鉄道会社がダイヤの乱れなどで生じた損害を遺族に賠償請求していたことも判明した。当事者に責任能力がないとみられる事故で、どう安全対策を図り、誰が損害について負担すべきか、超高齢社会に新たな課題が浮上している。

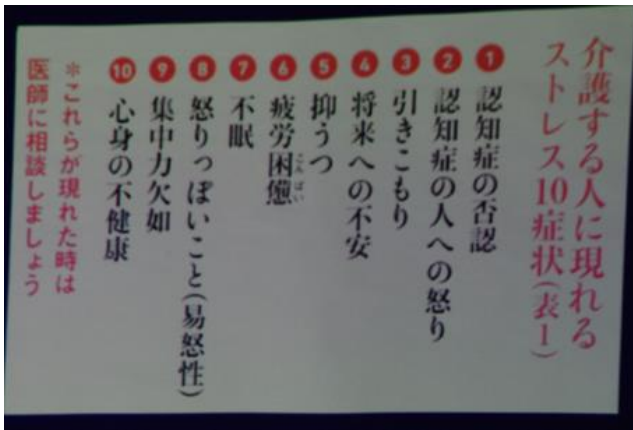
認知症男性、線路に入り死亡

電車遅れで遺族に賠償命令

2013/8/10

認知症の男性(当時 91)が線路内に立ち入り電車と接触

した死亡事故で、家族らの安全対策が不十分だったとして、JR 東海が遺族らに列車が遅れたことに関する損害賠償を求めた訴訟の判決で名古屋地裁は、9 日男性の妻と長男に請求全額にあたる約 720 万円を支払うよう命じた。



[出席報告]

	会員数	出席者数	MU	出席者数計	%
本日	24	14	2	16	66.67%
前回修正	24	24	0	24	100.00%
前々回修正	24	13	4	17	70.83%

[スマイルボックス報告]

- 芝田佳三会員
堀中先生、本日は貴重なお話を有り難うございました。
- 後藤裕一会員
堀中先生、どうも有り難うございました。
- 高木康夫会員
堀中先生、有り難うございました。是非、お名前だけでもご入会下さいませ！

本日の合計	¥4,000
今年の合計	¥271,500

[閉会点鐘]

例会の出席はロータリアンに課せられた最低の責任です。
欠席の連絡は例会当日お昼12時までにお願ひ致します。
クラブ事務所 Tel & Fax 0480-44-0056

広報委員会
鎌田 清久 金子 卓司