65歳から脳を守ろう理事長コラム
第８回（2024.12.1）

「治すことのできる認知症、物忘れもあります」

65歳以上で介護が必要になる疾患のもっとも重要なものは「認知症」というお話をこれまでしてきました。認知症の中で最も多いものはアルツハイマー型認知症です。次いで、血管性認知症、レビー小体型認知症があります。頻度は低いですが、他に治すことのできる認知症がありますので、これを見逃してはいけません。

※1　アルツハイマー型認知症　・・・　脳の神経細胞にアミロイドβというたんぱく質がたまり、それが神経細胞を破壊し脳が委縮することで発症する認知症

※2　血管性認知症　・・・　脳梗塞や脳出血等の脳血管障がいによって脳の血液の流れが阻害され、脳の一部が壊死することで発症する認知症

※3　レビー小体型認知症　・・・　レビー小体という神経細胞にできる特殊なたんぱく質が脳にたまり、神経細胞を破壊することで発症する認知症

代表的な内科疾患が「ビタミンB1欠乏【1】」と「甲状腺機能低下症【2】」、外科疾患が「正常圧水頭症【3】」と「慢性硬膜下血腫【4】」です。物忘れを主訴として来院された場合、血液検査、頭部CT検査でこれらの疾患がないかどうかをスクリーニングします。

私の経験ですと物忘れを主訴に来院された高齢者の方の１０人に1人程度はビタミンB1が低下していますので、決してまれなものではありません。

次のページから各疾患について説明をします。

【1．ビタミンB1欠乏】

最近ではほとんど見なくなった　脚気（かっけ）　という病気はビタミンB1欠乏が原因です。大酒飲みで栄養のある食事をとらない人に多く、最近ではカップラーメンばかり食べている若者にも見かけることがあります。ビタミンB1が極度に欠乏すると意識障がい、けいれんなどの症状がみられることもありますが、そこまで欠乏しなくてもB1の低下で認知機能低下が起こります。血液検査でビタミンB1を測定すると判断できますので、足りない場合はすみやかにビタミンB1製剤で補充する必要があります。ビタミンB1は豚肉、うなぎ、大豆、ごま　などに多く含まれます。

【2. 甲状腺機能低下症】

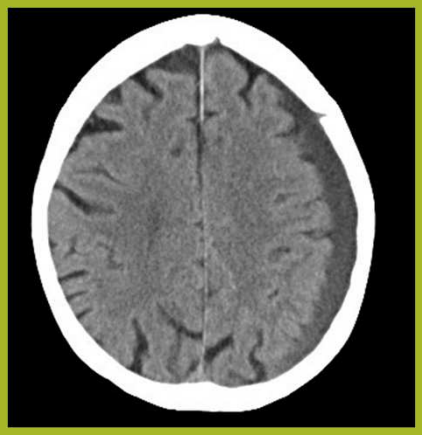
甲状腺機能低下は、全身の新陳代謝を低下させ、脈拍が遅くなり、体温が下がり、寒がりになり髪の毛が抜けて活力が低下する状態です。

自発性も低下し周辺の人からは認知症になったのではないかと思われることもしばしばあります。血液検査で甲状腺ホルモン値を測定することですぐ診断でき、内分泌内科専門医に紹介してすぐ治療ができるので、見落としてはいけない状態といえます。

【3. 慢性硬膜下血腫】

高齢の方で転倒して頭部を打撲した後、1から3か月後になんとなく元気が出ない、手足の動きもわるく物忘れが進んだようだ、と指摘されて受診される方が多いです。

しかし本人が転倒したことを覚えていないことも多く、高齢の方の物忘れでは忘れてはいけない病気です。打撲が原因で頭の骨の内側で出血がじわじわ起こり血腫ができる状態です。頭部CTで診断は容易ですし、血腫が脳実質を圧迫する場合は　脳神経外科的に血腫を取り除く手術により改善が期待できます。



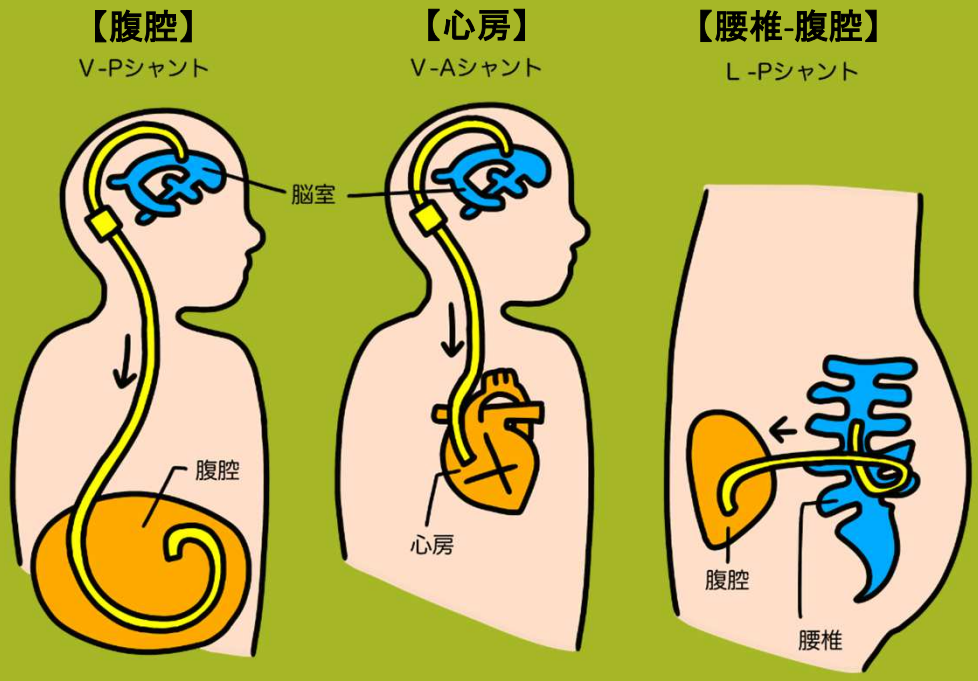
90歳女性　転倒　頭部打撲後

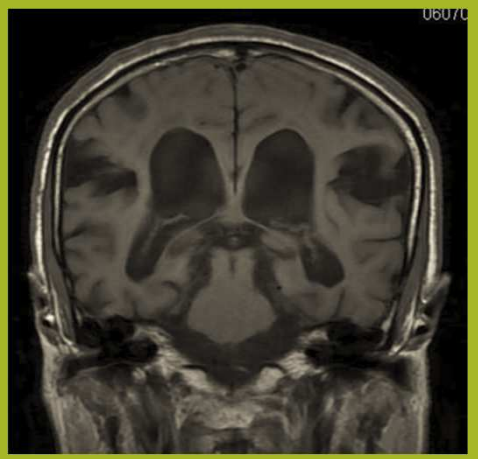
物忘れの悪化、自発性低下を主訴に来院、

慢性硬膜下血腫と判明

【4. 正常圧水頭症】

とくに誘因がなくても、脳の中をめぐる液（髄液）の循環が妨げられ、髄液のたまる空間、脳室が拡大して、物忘れ、歩きにくい、尿がもれやすい、といった症状が出てくる病気です。脳MRIでは、脳室拡大、脳の外側の溝（シルビウス裂）の開大がみられ、背中から髄液を抜く検査（タップテスト）で症状が改善すれば、診断が確定します。脳室または腰椎に管を入れて脊髄液を身体の他の部分（腹腔、心房）に流れるようにする脳室シャント術により改善が期待できます。





70歳男性　物忘れ　歩きにくい　尿が漏れるため受診、MRIで正常圧水頭症と判明

紹介したもの以外にも　葉酸欠乏、ビタミンB12欠乏、副腎皮質機能低下、反復性低血糖、慢性呼吸不全、肝不全、神経感染症、慢性アルコール中毒、脳腫瘍、うつ、などでも認知症が起こりますので、物忘れが起こればアルツハイマー病と決めつけずにまずは医師の診断を受けることが大事です。

次回は、歩きにくくなる脳の原因にはどのようなものがあるか　解説していきましょう。