

**DEMENTIA
APP
CHALLENGE
2015**

認知症

4

World Alzheimer's Month September

認知症の発症には、
必ず原因となる**病気や障害**が
存在する

70～100種類あるといわれている

認知症

アルツハイマー型認知症

脳血管性認知症

レビー小体型認知症

前頭側頭型認知症

脳梗塞

原因

脳出血

World Alzheimer's Month September

英国

脳卒中や心臓病の予防対策



認知症の減少に関係している

World Alzheimer's Month September

英国 認知症の有病率

1990年代

なぜ減少？

23%減少

65～90歳以上

2010年代

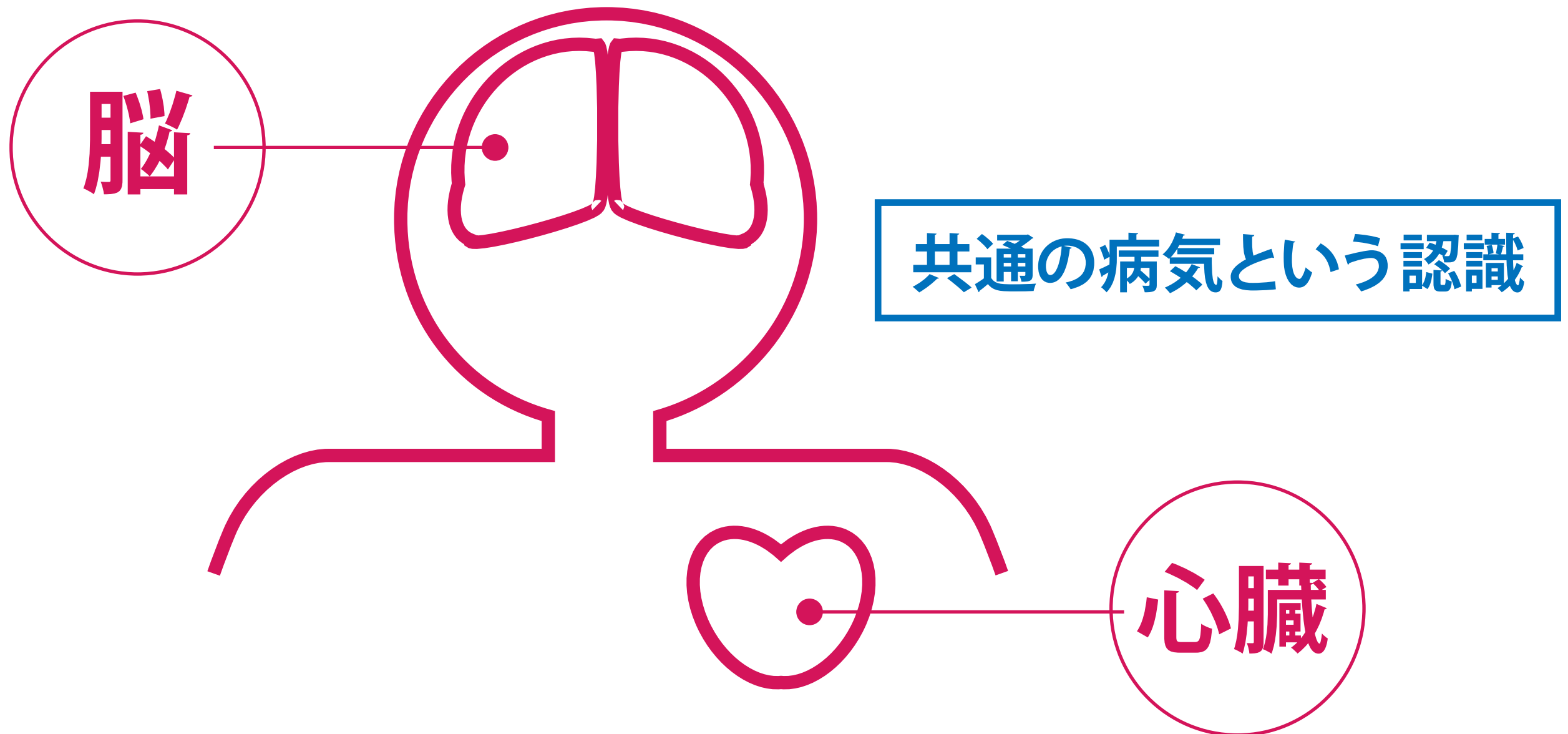
World Alzheimer's Month September

脳卒中や心臓病の 予防対策のための仕組み

脳卒中と心臓病を
10年で、40%減らした

認知症の減少にもつながったという考え方

生活習慣病対策



World Alzheimer's Month September

認知症の危険度

危険度を上げる

- 糖尿病 約2倍、高まる
- 高血圧 約3倍、高まる
- 喫煙 約3倍、高まる

危険度を下げる

- 運動する
- 塩分を取り過ぎない
- 禁煙する

認知症の予防

- 運動すること
 - 食事に注意すること
- 生活習慣病の予防
-
- コミュニケーション(社会的接触)
- 好奇心をもつ／頭を使う

介護予防事業の事例

要介護認定率

介護を必要とする人がどれくらいいるか

埼玉県和光市

全国平均を大きく下回る10%台を
維持している

和光市が積極的に 取り組んでいる介護予防

高齢者に出歩いてもらう



「出歩きたくなる」施設を用意

World Alzheimer's Month September

和光市の取り組み

アミューズメント・カジノ

サロン、高齢者同士の
交流の場になっている

厚生労働省 政策レポート(介護予防)

<http://www.mhlw.go.jp/seisaku/2009/07/02.html>

厚生労働省：政策レポート x
www.mhlw.go.jp/seisaku/2009/07/02.html

写真 1
アミューズメント・カジノで楽しむ参加者



会場では、ゲームを楽しむ参加者の声が飛び交って、とても明るい雰囲気です。

このような和光市の取組は、国に先んじて平成15年度から独自に始められました。「介護度が軽くなることや自立になることが幸せ」という意識が、高齢者やその家族及び地域住民に徐々に浸透してきました。そして、その結果、要介護認定者が減少してきたこと、第1号被保険者保険料が低くなってきたことなど、高齢者の方にとっても、うれしい効果ができました。

World Alzheimer's Month September

早期発見、早期治療が重要



認知症かどうか調べるには？

World Alzheimer's Month September

脳の画像検査

MRI

核磁気共鳴コンピュータ断層撮影

脳の萎縮を調べる

SPECT

脳血流シンチグラフィ

後頭葉の血流低下を調べる

PET

陽電子放射断層撮影

脳の活動状況を調べる

クイズ形式の認知機能テスト

軽度認知障害 (MCI) の可能性が
高いかどうか、判断できる

お金も時間もかからない
タブレットなどのデバイスで利用できる

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター

iPadのアプリを開発、データを収集
3500人分のデータを検証

参考：「iPad」活用でMCIを早期発見

<http://www.nikkeibp.co.jp/aging/article/report2013/20140819/01/02.htm>

平成26年2月23日

参考：第1回 認知症医療介護推進フォーラム

<http://monowasure.org/ninchiw/information/00000001/>



World Alzheimer's Month September

早期発見、早期治療が重要

何度も同じことを聞く

いつも通っている道に迷う

趣味などに無関心になった

World Alzheimer's Month September

早期発見、早期治療

薬が有効に働く可能性がある
脳の萎縮を止める運動プログラムなどがある



遅れるほど、困難になる

**DEMENTIA
APP
CHALLENGE
2015**

認知症

5

World Alzheimer's Month September