



国際ロータリー第2800地区 1959年6月9日創立

鶴岡ロータリークラブ

例会場 東京第一ホテル鶴岡 (鶴岡市錦町2-10) 例会日 毎週火曜日 (12:30~13:30)

平成27年5月12日(火) 第2715回例会 (本年度第37回)

5月19日(火)	孟宗汁家族例会
5月26日(火)	会員スピーチ 堀川 智君
6月2日(火)	情報委員会の日(阿蘇君担当) 会員スピーチ 西川富美子君
6月9日(火)	創立56周年記念日 丸山隆志会長スピーチ



Eメール◎tsuruoka08@rid2800.jp ホームページ◎http://www.tsuruokarc.org/

会長あいさつ

丸山隆志君

4月26日は鹿児島西RCとの兄弟クラブ盟約50周年記念式典を成功裏に終了することが出来ました。皆様ご苦労様でした。好天にも恵まれ、鹿児島の方々は初夏の庄内平野を満喫し、昨日帰られました。塚原先生には天童での式典を終え急遽戻ってきてもらいました。昨日のお見送りには女性会員全員に来ていただき女性らしい細やかな心配りをさせていただきました。鹿児島の方々も名残惜しそうにしておられました。皆様から満足して頂けたと思います。会員の皆様のご協力に感謝申し上げます。

5月の連休明け12日の例会はクラブ協議会があります。メインは次年度の活動計画です。次年度の公式訪問が第一例会ですので、早めに活動計画書をまとめたいと思いますのでよろしく願いいたします。

私の任期もあと二か月となりました。最後のお願いですが、米山奨学会とロータリー財団への寄付を5月中にお願いします。地区内ベスト3にはなりたいと思いますのでどうぞご協力よろしく願いします。

認知症について

真島医院 院長 真島吉也君

みなさんこんにちは。阿蘇さんからふた月くらい前から認知症の話を機会があったらやってくれと言われていました。

認知症というのは脳の病気、脳の組織がだんだん壊れていき、それが原因で脳の機能が低下する。記憶力とか判断力がだんだん鈍ってきます。そのためについには日常生活に支障が出てくるような状態をいいます。



認知症の種類ですがアルツハイマー型認知症というのが一番多くて50%、レビー小体型認知症が20%、血管性認知症が20%です。今日はその中でアルツハイマー型の病気を中心にお話ししてみたいと思います。

アルツハイマー型の認知症の症状ですが、脳の中の海馬という記憶をつかさどる中枢、それがまず最初にやられる。他にも脳のあちこちがやられますが、そういうことが原因の物忘れ、物忘れといっても全体が抜けてしまう。昨日どこに行ったかもわからない。ご飯を食べたかどうか忘れてしまう。自分がいる場所とか時間が判断できなくなってしまう、そういう状態。ものをやろうとした場合にどうしていいかわからなくなってしまう。日常行動が全然できなくなってしまう。言葉の意味が分からなくなってしまうのです。

こういう状態になると、妄想だとか、鬱症状、これは精神症状ですがそれに伴って問題行動を起こします。暴言を吐いたり、暴力をふるったり、攻撃したり、喚声を上げたり、それから性的抑制欠如、これは誰にでも抱きつくかもしれない。収集、色々なものを集めるようになる。ごみ場から物をとって食べるというような行動をとるようになります。あとは介護に非常な抵抗をします。このような症状を周辺症状と言います。

診断ですが、いろんな診断法が開発されています。その一つに長谷川式というのがあります。75歳以上の人は自動車の免許更新の際に教習所で必ずこのテストをやられます。数を反対に言えとか非常につらいです。私は2回受けました。それからアミロイドだとかタウタンパクにくっつくような放射性物質ができて、画で見る診断ができるようになりました。症状からの診断と画像診断の両方を合わせて確実な診断、80%~90%正確に診断できるようになっています。

出席報告	会員数	36名
	出席	22名
	出席率	64.71%
	前々回確定出席率	82.35%

- RI会長 ゲイリー C.K. ホアン ■地区ガバナー 池田徳博
- 会長/丸山隆志 ■副会長/加藤 亨 ■幹事/菅原成規 ■会長エレクト/越智茂昭
- 会報委員会/佐藤久樹・阿部純次・小林健郎・石田 雄

事務局:山形県鶴岡市錦町2-68 鶴岡SSビル1F TEL(0235)28-3375 FAX(0235)28-3376

予防ですが、我々にできることは食事に気をつけてバランスよい食事をする。いい食事というのは血管を大事にする。肉よりも魚がいいというのは今はやりの EPA や DHA なんかをたくさんとるといような趣旨だと思いますし、野菜なんかはバランスをとるために必要なんでしょうし、摂取エネルギーをたくさん摂ると今度はメタボになる、血管にも悪いし。糖尿病の方は気をつけなくてはならないのはやはり認知症を促進するといわれているからです。糖の代謝が悪くて血管を通して直接脳の細胞に影響を与えるといわれていますので、食事は非常に大事だと思います。その他に運動、これは脳の神経を刺激して、アルツハイマーの予防をするということです。あとは趣味、社会的にお話ししたり、いろんな趣味を持つのは脳を刺激して認知症を抑えていく、そんな予防があるわけです。

治療ですが、認知症を遅らせる事が出来る、そういう状態です。これは頭の中の認知症の人のアセチルコリンが少なくなってきたという治験に基いてアセチルコリンを減らさないような薬を色々開発してこの塩酸ドネベチウムという薬が出来てきました。この種の薬はもう 3 種類あります。それから別の薬がもう 1 種類、それを遅らせる薬はあります。それにつけても認知がどんな状態にあるかということ、治療前の状態を分析することが大事であるといわれています。実際この薬を使ってみますと、効く人はものすごく効きます。ポーっとしていてこちらとあまりコミュニケーションがないような人でも、それを飲ませると目がパッチリあいて応答もするようになる。かなり本当によくしてくる人もいます。遂にはだめになるけどもそういう時代です。開発中の薬ですがアミライドを除去する薬とか、タウタンパクを阻害する薬、そういう薬を開発中です。この 2 つが、希望の星で治験をやっていたりいろいろ研究しています。

そこでアルツハイマーの人の心の中というのはこれから介護するのに非常に大事なもので、外から見たようなものではなくて自分の中での凄く葛藤があるわけです。記憶が薄れてどうしても思い出せない、すぐ先から消えていく、そういうことに非常に悩んでいる。自分の行動を今までプライド持って来てやって来たのだからそれを見せまいと思って却っていろんな行動を起こしてしまう。失禁したらそれを隠すとかいろんな事が出てくるわけです。それで異常な周辺行動が出てくる。それから言葉が思い出せないので話がうまくいかなくてもどかしい。体の衰えがだんだん心配になってくる。感情のコントロールができないのですぐ怒ってしまう。今いる所が分からない。こういう心をちゃんと察してあげて思いやりを持って接しなくちゃいけない。家族とか施設の人の苦労は大変なものだと思います。患者の心を察して怒ったりしちゃいけない。命令しちゃいけない。ゆっくり患者のペースに合わせて物事を

やっていく。そして患者さんの神経がやられますので足腰がおかしくなっていく。転倒防止とか感冒、脱水などに気をつける。転倒しますと骨が折れまして何か月もかかってしまう。認知症の進行が増してしまふ。感冒とか脱水もそうです。こういうことにかかると認知症が進むわけで注意が必要です。

行政は何をやっているかということ、厚労省を中心にしまして認知症施策推進 5 年計画というのをたてました。オレンジ計画というのです。平成 25 年から平成 29 年までの間に何かやろうというわけです。骨子は、認知症の人が住み慣れた地域で暮らし続けるための方策を示したものです。医療及び介護改革を通じ、医者も介護の施設も両方合わせて地域全体で診て行こう。その一つにかかりつけ医の教育があり、我々はしょっちゅう講習会に行かされています。鶴岡市では地域包括支援センターというのがありますが、そこでいろんなお年寄りの問題に携わっているのですが、認知症にかかって困っている人は相談してみてください。その他にいろんなパンフレットが出ています。認知症とはどういうものか、あるいは認知症教室のパンフレットとかいろいろのものがあってみなさんよくそういうものを目にすると思うのですが、そういうことを一生懸命やっています。私自身は認知症対応力向上研修というのをやりました、これは医師会からやって来まして修了証書ももらってきました。これは吉村さんの認定印で安心してかかってくださいということです。以上です。

委員会報告

出席委員会

◆メイクアップされた方

武田啓之君・藤川享胤君・佐藤孝子君・越智茂昭君
富樫松夫君・塚原初男君・西川富美子君

スマイル 😊

樋渡美智子君 50 周年式典・祝賀会ご苦労様でした。会員の皆様の強いご協力でできましたことに感謝いたします。真島先生今日は式典後まもなくのスピーチありがとうございました。

西川富美子君 鹿児島西 RC さん初日の御昼食のご利用ありがとうございました。孟宗竹の御飯と孟宗汁のご案内をしたところ、孟宗竹の発祥の地は鹿児島であることを教えて頂きました。今後ルーツをたどってみたいと思います。

菅原 成規君 鹿児島西 RC との記念式典、祝賀会盛大に開催され、ご協力ありがとうございました。
佐藤 友行君 商工会議所完成しました。どうぞご利用ください。

武田 啓之君 母の葬儀に参列頂き有難うございました。

丸山 隆志君 鹿児島西 RC、ありがとうございました。