

～鶴川サナトリウム病院とのコラボ企画 第3弾～



第3回

IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会
鶴川サナトリウム病院

MCI を知っていますか？

認知症対策の第一歩「MCI」

認知症については知っていても、その前段階といわれる「軽度認知障害 (MCI)」については、名前は聞いたことはあるけれど分からないという方も多いでしょう。「軽度認知障害 (MCI)」は健常と認知症の間と捉えられ、2025年には認知症患者は700万人、MCIの人数もほぼ同数の700万人にのぼると推計されています。今回は認知症対策の第一歩としてMCIについて知ることから始めましょう。

65歳以上の
4人に1人が
MCI
と書われています



「MCI」は認知症の手前の状態で「認知症」ではない

年齢を重ねると「あの人の名前は何だったか?」「何を取りに来たんだっけ?」など、一般的に「もの忘れ」といわれる現象がおきます。一方で、経験や体験そのものが記憶から抜け落ち、例えば「友達なのにその人の存在自体を忘れてしまう」「朝食を食べたのに『食べていない』と言う」などの現象が起こるのが認知症です。そして、その「もの忘れ」と「認知症」の間にあるのが軽度認知障害 (MCI) です。認知機能が健常とはいえ、認知症と診断されるほどの日常生活への影響はまだなく、その名の通り「軽度の」認知障害が見られる状態のことを指しています。

「MCI」は改善する可能性がある

軽度認知障害から認知症まで

※MCIの型によっても異なります

MCIの方は健常者に比べ、将来の認知症リスクは高いとされていますが、MCIと認知症にはもうひとつの違いがあります。それは、「健常な状態に戻る可能性があるかどうか」です。認知症は一部の疾患をのぞいて、完治することは難しいとされていますが、MCIは、適切な対応をすることで改善する可能性があります。MCIの進行には運動や生活習慣なども深く関係していると考えられており、MCIの段階での早期発見・早期対応が重要視されています。



75%がここで受診します

「MCI」は病院で検査ができます

「加齢によるもの忘れ」「MCI」あるいは「認知症」を判断するのは非常に難しいものです。また、認知症にもMCIにもさまざまな種類があり、自己判断は正しい対応を遅らせることにつながります。検査を受けることは勇気が必要ですが、先にも述べたように「MCI」は適切な対応で改善したり、認知症への進行を防止、遅延させることができる状態です。MCIだからと悲観的になるのではなく、前向きに対策に取り組むことが大切です。

IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会

鶴川サナトリウム病院 では MCI トレーニングスタジオを開設しています



トレーニングスタジオ ASMO(アスモ) お問い合わせ

☎ 0120-735-2222

平日 9:00-17:00 土曜 9:00-12:00



発行

町田市南第1高齢者支援センター 担当エリア:南町田・鶴間・小川・つくし野・南つくし野

住所:町田市南町田 5-16-1 電話:042-796-2789

小川あんしん相談室

住所:町田市小川 6-1-11 電話:042-850-6234

開所時間:月曜日～土曜日 8:30～17:00 (日祝休日・12/29～1/3を除く)

総合福祉ホーム芙蓉園のホームページでも地域の皆様向けの情報を発信しております。

ぜひ一読下さい。 <https://fuyouen.jp>

編集:板垣・牧野・増田

