
受けよう「がん検診」

2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなる時代です。がんを初期段階で見つける「がん検診」は死亡低下率にとっても有効です。

協会けんぽが被保険者(ご本人)向けに健診費用補助を行う「生活習慣病予防健診」は、胃がん・大腸がん・肺がん検診を含むおトクな健診です。女性の方にはオプションで、乳がん・子宮頸がん検診も受診いただくこともできますので、ぜひご利用ください。

▼協会けんぽ「生活習慣病予防健診」についてはこちら

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/home/g4/cat410>

【厚生労働省からのお知らせ】令和元年10月から医療費が変わります

令和元年10月1日から消費税率10%への引き上げに伴い、初診料・再診料など一部の報酬が引き上げられ、医療機関の窓口でお支払いいただく料金が変わります。

▼詳しくは、こちらをご覧ください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/~media/Files/honbu/template01/1909/kaitei2019.pdf>

▼令和元年度診療報酬改定についてはこちら（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000188411_00026.html

2. 季節の健康情報

時期に応じた健康情報や健康レシピをご紹介します！ぜひご覧ください。

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g5/cat510/h31/1100101>

3. ドクターすなみの脳のおはなし

第140回 知っておきたい認知症・レビー小体型認知症（DLB）

最も多い認知症はアルツハイマー型認知症、次に血管性認知症ですが3番目に多いのがレビー小体型認知症（Dementia with Lewy Bodies; DLB）です。1976年に、日本の小阪憲司（現横浜市立大学名誉教授）らによって報告され、1995年にレビー小体型認知症という名称が付けられました。アルツハイマー型が、女性の発症率が高いのに比べ、レビー小体型は男性の方が多く、女性の約2倍とされています。私が診ている患者さんも男性が多く、70代80代です。

レビー小体とは、神経細胞に出来る特殊なたんぱく質です。DLBとはそんな名前の有害物質が脳細胞に沈着して発症するアルツハイマー型認知症とは異なる多彩な症状をきたす認知症とイメージして頂ければと思います。アルツハイマー型認知症と診断されている方々の中にDLBの方が時々いますので以下のDLBの特徴をいつも念頭に置いて診察しています。

レビー小体型認知症（DLB）の特徴

1) 幻視・妄想が初期からみられる

アルツハイマー型認知症の幻視症状はある程度認知障害が進行してからみられるのですが、DLBでは早期から見られることが多くなっています。

亡くなった方や近くにはいない人物や小動物が見えると言ったり、見えるだけでなく動いている幻視なので患者さんは間違いないと信じています。

例えば家の中に人が3人来てると言ったりは「お客さんが3人来ているからお茶を出しなさい」と言ったりします。被害妄想を伴って「知らない人たちが入り込んできて金品を盗もうとしている」と信じ込んだり、置物の犬を本物と見間違ったり、子どもがたくさん部屋の中に入ってきているから何か食べるものをやらなくちゃとか「いもりが壁をはっている」「ねずみが座布団の上にいる」などの幻視を聞いた

こともあります。

誤認妄想も、DLBでは見られやすくなります。まだ働いているとっていたり、まだ自分は若くて子供も小さいとっていたりします。また、自宅にいるのに自分の家ではないと思ったり、家族の顔がわからなかったり、家族が誰か知らない人と入れ替わっていると訴える場合もあります。

診察では「パレイドリアテスト」といって壁のしみや雲の形が人の顔や動物の姿などに見える錯視「パレイドリア」を利用するもので、風景などの写真に何が見えるかを説明してもらう検査を行います。

2) 早期からパーキンソン症状を伴う

パーキンソン症状とは手足の関節や筋肉が硬くなり動かしづらくなる、手が小刻みに震える、前屈姿勢で小刻み歩行になる、歩き始めの一步がすぐに出ないなどの運動障害です。このような運動障害を早期から伴っている場合はアルツハイマー型認知症ではなくDLBを疑います。レビー小体は元々パーキンソン患者さんの脳細胞に沈着する物質なので、パーキンソン病に認知症を伴う病気がDLBともいえます。

3) 記憶障害は初期にはあまり目立たないが、日によって差が大きい

アルツハイマー型認知症のように今言ったことをすぐに忘れて同じことを言う、同じことを訊き返す、今鍵を置いた場所をすぐ忘れるといった記憶障害は初期には目立ちません。今日がいつかとか、昨日の出来事なども比較的よく記憶しています。しかしその記憶障害の変動が激しいのが特徴で、調子のいい時と悪い時の差がすごく大きいので対応がむずかしいと家族はおっしゃいます。進行していくうちに記憶障害も徐々に悪化していきます。

4) 悪夢にうなされるレム睡眠行動障害

悪夢にうなされて大きな声で毎晩のように寝言を言うことがあり、家族が心配になり受診される方もいます。

人は夢を見ている時間帯、レム睡眠期には手足には力が入らず動けない状態になっているのが普通なのですが、レム睡眠行動障害では夢の内容に沿って手足が動いてしまいます。そのため怖い夢を見ると壁や横で寝ている人を殴ったりします。このレム睡眠行動障害がDLBの初期に起こりやすい事が最近分かってきました。

5) 初期からうつ状態がみられる

認知症のうち最もうつ状態になりやすいのがDLBと言われています。意欲の低下や気持ちが沈むような精神症状が先行し、その後徐々に認知障害や幻覚が現れることが知られています。あっけらかんとした印象のアルツハイマー型認知症とは鑑別できる症状といえます。

6) 多彩な自律神経症状

レビー小体は神経細胞に沈着するだけでなく、全身の末梢自律神経系（心臓、腸管、膀胱）の細胞にも沈着します。そのため食後に起立性低血圧による立ちくらみを起こしたり、失神、失禁を来すこともあります。便秘、頻尿、発汗障害などの自律神経症状が他の認知症に比べて多く出やすいのもDLBの特徴です。

以上のように認知症にも種類があります。そしてそれぞれの対処法や治療法が異なります。家族に認知症がいれば少なくとも1度は専門医を受診し、どの種類の認知症なのか、確定診断をして治療方針を決定することが大切です。薬物療法で効果を上げることは少ない現状です。あくまでも薬は認知症の進行を遅らせるものであって、治すまでには至りません。

以前お知らせした正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫といった手術で治る認知症も覚えておいていただきたいと思います。

=====

▼こちらから「Salud!えひめ」のバックナンバーをご覧ください。

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/cat130>

Salud（サルー）とはスペイン語で「健康」「乾杯」を意味する言葉です
同僚や友人ご家族に「Salud!えひめ」をぜひご紹介ください。

全国健康保険協会（協会けんぽ）愛媛支部
〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟1階
TEL 089-947-2100（代表）

ホームページ <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ehime/>

▼配信停止を希望される方はこちらから

https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_1/index.do

▼登録情報を変更されたい方はこちらから

https://merumaga.kyoukaikenpo.or.jp/webapp/form/16520_kly_2/index.do

※現時点の登録情報が記載されていますので上書き入力にて変更してください。

今月も最後までお読みいただき、ありがとうございました。なお、本メールに返信されてもご回答できませんので、ご了承願います。