

認知症は予防できない、治らないと思われがちですが、ある程度の予防や、原因によっては、早期発見・対処により進行を抑える事や、回復することも可能です。また、認知症になっても、能力のすべてが失われるわけではありません。認知症は大きく分けて、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などに分類されます。

✦ 糖尿病で認知症が増える理由

今でも多くの研究が行われていますが、まだ十分には解明されていません。現在考えられていることとして

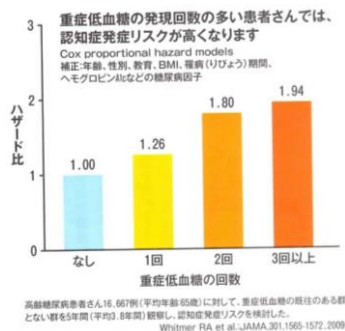
- ① 脳はグルコース(糖)を栄養源としており、糖尿病患者様は脳がうまく糖を利用できない。
- ② 糖尿病の合併症として脳の血管が障害され、血流が十分に脳に行き渡らない。
- ③ アルツハイマー型認知症の場合、糖尿病があるとアミロイドβたんぱく質が蓄積しやすく分解されにくくなる。
- ④ インスリンが脳の機能に重要で、糖尿病患者様の場合、脳でインスリンの作用が十分に発揮できない。
- ⑤ 糖尿病で増加するさまざまな要因、例えば酸化ストレスや炎症の増加が関連している、などが考えられますが、決定的なことは分っていません。

✦ 認知症を疑うきっかけになるもの



軽度認知障害という「物忘れ」が前面に出る状態を経て発症することが多いため、本人だけでなく周囲の家族や友人が気づくことで早期発見できることがあります。

✦ 認知症を予防するための血糖コントロール



左図に示したように低血糖の頻度や重症度が高いほど、認知症が発症しやすいこともわかってきています。認知症対策としては低血糖を起こさない範囲で血糖値をできるだけ正常に保つという方法が最も対策に近いと考えられます。2016年に高齢者の血糖コントロール目標を発表しました。個別に血糖値の管理目標を設定し、その中でも特に低血糖を起こしやすい治療薬で治療中の場合は、あまりヘモグロビン A1c を下げ過ぎないようにすることが提唱されました。