

リバーターについて



先日、母の病院で「リバーター」という言葉を耳にしました。どういう意味か教えてください。



認知機能とは記憶、言語の理解、書字、注意など生活に必要な脳の機能の集まりですが、それが複数低下し、生活に支障を来すのが認知症です。単に記憶だけとか、一つの機能だけが低下して生活には支障がない状態を軽度認知障害(MCI)と呼んでいます。特に記憶力が低下するMCIの50%近くは、認知症の半数を占めるアルツハイマー

型認知症に移行する、いわば認知症の予備軍です。ただ、その中でも半数は改善することが知られています。そのためには、必ずしもすべての方にリバーターになれるわけではありませんが、まずは生活習慣の改善が大事で、歯磨きも大切です。症状としては、少し前のこと



どの運動。音楽の演奏や絵を描く、料理などを初めてのことに挑戦したり、あるいはときめいたり、わくわくするなど、感情を豊かにする体験もいりますね。食事ではタンパク質を取り、十分な睡眠で脳を休ませ、歯周病も悪化の原因となるので、習慣の改善が大事です。症状としては、少し前のこと

も同じ話をする、最近の大好きなことを忘れる、何かをしながらの作業が難しい、何を食べたかより食べたこと自体を忘れる、などは要注意です。認知症に移行する前に、これらの症状を早く認知しよう、ですね。

朝倉病院
理事長/院長
田辺 裕久さん

