

宮沢 仁朗

昔からよく、年を取ると涙もろくなると言われていきます。若いころは悲しいドラマや映画を見ても平然としていられたのに、最近は何となく泣いてしまい涙を拭く方も多いのではないのでしょうか。

すい、そして物忘れが増えた時です。

私たちの感情は、脳の領域でいうと前頭葉（脳の前側の部分）でコントロールされています。前頭葉とは物事を考えたりプログラムしたりするところ、また運動をつかさどる領域なのですが、その他にも理性の源

医療・福祉NOW

世間一般では、年を重ねてやさしくなったからとか、感受性が豊かになったからとか、良いことあながち考えられやすいのですが、時と場合によっては必ずしもそうではありません。

特に気を付けなければならぬのは、喜怒哀楽が激しくなり感情的になりや

であり情動を調節する場でもあるのです。

前回、認知症にはさまざまな原因疾患があり、最も多い疾患がアルツハイマー病、2番目に多い疾患が脳出血や脳梗塞を原因とする血管性認知症と紹介しました。実は血管性認知症の中でも、脳の内側に大小さま

ざまな脳梗塞が生じて起こる多発梗塞性認知症が多いと言われています。そして多発梗塞性認知症の場合、前頭葉の血流低下を原因とした症状が出やすくなり、特に感情制御・抑制が困難

えば普段では怒らないような状況なのにもかかわらず、いきなり切れ出して怒りを爆発させ大声を張り上げる、悲しい場面でもないのに急に悲しくなり号泣してしまうなどがあります。

▶最近涙もろくありませんか？



勧めします。

血管性認知症は脂質異常症、高血圧症、糖尿病や心疾患のある方が特になりやすいと言われています。ですからこうした生活習慣病を悪化させないことが大切になります。日常生活においては、塩分を控える、野菜、魚、肉などをバランス良く摂取する、適度な運動を続ける、肥満防止、禁煙する、深酒をしない、しっかりと睡眠をとる、そしてストレスを抱え込まないなどの生活習慣が脳の動脈硬化を阻止し、ひいては血管性認知症の予防につながるのです。

最近涙もろいあなた、少しでも自身の日常生活、健康状態を見直してみてくださいね。

(亀田北病院院長)

となつて、感情表現が強調されるようになるのです。さらに進行すると、感情失禁といって、その場にくわれない感情が過度に出てしまうこともあります。例

同時に記憶障害や、突然身体がしびれや力が入りづらくなるような身体症状が現れたら要注意です。血管性認知症を疑い頭部MRIや認知機能検査を受けることをお