

脳萎縮とは、脳の容積が小さく減少していく状態のことです。

主な原因：加齢、喫煙、過度の飲酒、過度のストレス、脳の外傷、脳血管疾患(脳梗塞、脳出血)、認知症(アルツハイマー型、レビー小体型、前頭側頭型) など。

脳萎縮は、脳ドックなどの健康診断や自覚症状があり外来受診をされた際に頭部 MRI 検査などを受けることによって発見されます。

《 主な自覚症状 》 ※萎縮の部位や程度により個人差があります。

- ・ 前日の食事内容を思い出せない
- ・ しようとしていたこと、言おうとしていたことが思い出せない
- ・ 物事を理解し判断することが出来ない
- ・ 見当識障害

など

● 見当識障害

時間や場所、人の認識が困難となり、日常生活に支障をきたした状態のことです。

- ・ 時間が分からない、日付や曜日が分からない
- ・ 場所の把握ができない、近所でよく迷子になる
- ・ 人名を思い出せない、家族の関係性が分からない

など

一度萎縮した脳を元に戻す治療法は、現在の医学ではありません。

萎縮の進行を遅らせる、萎縮を予防するために、まずは規則正しい生活習慣を心がけていきましょう。

- ・ 適度な運動
- ・ バランスのとれた食生活
- ・ 禁煙
- ・ 過度な飲酒を控える
- ・ 日常的に脳をよくつかう

など

少しでも気になる症状があれば、お近くの脳神経外科へご相談下さい！