

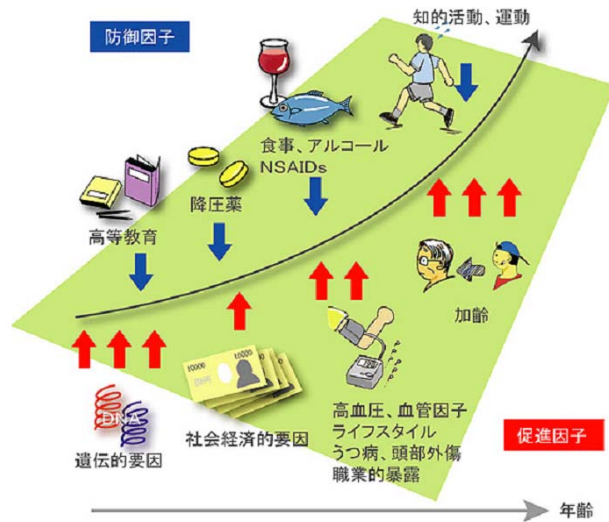
2010 年 3 月 23 日発行

1. 生活習慣環境改善

血圧によるアルツハイマー病は、血圧コントロール治療で発症が少なくなる一方、糖尿病患者さんでは、アルツハイマー病の発病が 2 倍になると言われております。糖尿病の病態を改善することで、発病が少なくなると考えられます。生活習慣病はアルツハイマー病の原因となるだけでなく、脳血管障害増加により脳血管認知症が増えてきます。

防御因子と、促進因子の図を示します。(図 1)

図 1



マウスの動物実験では、よい環境を提供すると、神経幹細胞の発達(神経細胞の再生)がみられました。また、アミロイド 前駆体蛋白(APP)遺伝子を導入したトランスジェニックマウスにおいて、アミロイド 蛋白の沈着が減少するという、科学的な根拠となる報告がされています。これらの知見は、アルツハイマー型認知症の可塑性を証明するものであり、認知症予防の可能性を示唆するものと考えます。

2. 認知症予防の取り組み

実際、日本でも認知症の発症予防に関していろいろな取り組みが行なわれております。鳥取県琴浦町では、鳥取医科大学による認知症予防教室が行なわれています。運動と学習を 2 本の柱とし、その他、料理やお菓子を作ったり、小旅行に出かけたりと楽しい時間を過ごすことを目標に行なわれています。その結果、認知機能の改善を認め、改善が 3 年間継続したと言われております。(図 2 , 3)

図 2

運動講座

JAAD

図 3

認知症予防教室

JAAD

ボールを使用し準備体操と簡単な運動



認知症予防教室(運動)

認知症予防教室(学習)

茨城県利根町では、利根プロジェクトが進行しています。筑波大学は、認知機能身体機能を評価し、危険因子に対する介入を行う取り組みをしています。

これらの取り組みでは、認知症への進行が少なくなる結果が出ています。気分良く過ごす、運動する、学習するなどが良いと考えられます。家の中でぼーっとテレビを見るなど、何もしないことは良くない環境と考えられます。

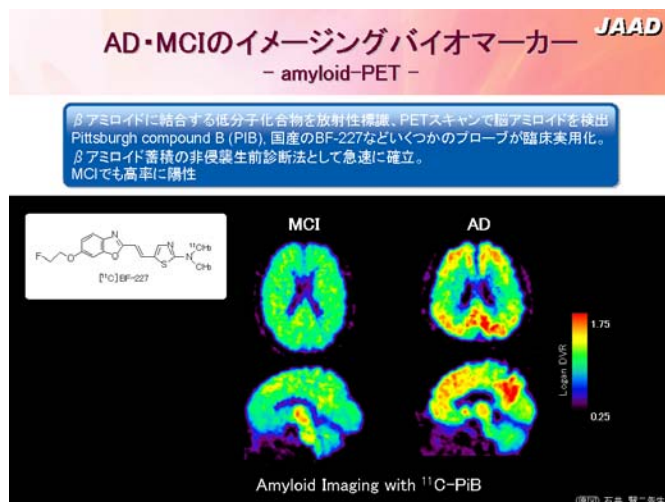
その他には、アロマテラピーなども行なわれております。周辺症状に効果があり、それとともに認知症自体にも効果のある可能性があり期待が持たれます。

また、コーヒーの成分のトリゴネリンは、抗認知作用があるといわれており、今後が期待されます。

3.アミロイドへのアプローチ

予防ではありませんが、現在日本においても物忘れだけでアルツハイマー病までと診断できない方々を対象に、PET などを用い脳のアミロイドの蓄積を画像化し、経過をみてアルツハイマー病への進行状況を見る研究が行われております。これにより、発病前の診断、予防、治療の可能性がより広がると考えられます。(図 4)

図 4



現在、まだ脳のアミロイドを除去する方法は患者さんでは確立しておりませんが、蓄積するアミロイドが生成されにくくなる セクレターゼ阻害薬や、アミロイドに対するワクチン療法などが研究されつつあります。

4.健全な生活を送る

生活習慣病はこのように、脳卒中、アルツハイマー病に対して発病させる要因であり、それを修正することは可能です。アルツハイマー病では原因もだんだんわかってきており、原因に対して治療を行うことが近い未来には可能となると思われませんが、その前に、健全な生活を送ることは、アルツハイマー病のみならず重要と考えます。

次回シリーズ 子宮がん

この内容は、名古屋掖済会病院ホームページでもご覧頂けます。

2010年5月開始予定

えきさいかい

Click