

## 認知症診療の最前線～予防から早期治療まで～

自治医科大学附属病院 脳卒中センター  
教授 田中 亮太

はじめに

我が国は、人口の 29.1%が 65 歳以上の高齢者で、世界でも突出した超高齢社会を迎えています。2040 年には人口の 34%以上が高齢者となると予想されています。一方高齢者の多くは、65 歳を超えても何等かの就業につく人も多く、高齢になっても健康的に過ごすことが出来る健康寿命を意識した生活習慣やその取り組みがとても重要になります。人口の高齢化に伴い増加している疾患の 1 つが認知症で、日常生活で何等かの支援が必要となる要介護の原因で最も多いのも認知症です。

### 1. 認知症を早期に気づくポイント

認知症の原因の半数以上がアルツハイマー病で、次いで脳血管性認知症、レビー小体型認知症等が続きます。認知症は物忘れ等によりそれまで出来ていた日常生活に支障きたし何等かの支援が必要となりますが、最近では認知症を発症する前の軽度認知障害の方を、早く診断することがとても大切になってきています。

軽度認知障害の早期では、下記の特徴があります。

- 1) 本人が物忘れを自覚するようになります。また本人以外にも家族やかかりつけ医が物忘れを指摘する場合があります
- 2) 具体的には以前に比べ、何度も同じことを尋ねる、用事や約束を忘

れる、ものを探すことが増える、薬の飲み忘れが増える、部屋が散らかるようになる、決まった料理ばかり作る等

3) 特に新しい内容を記憶することがむずかしくなる一方で、昔の記憶は保たれていることも多いのが特徴です

4) 基本的に自立した生活は可能です

一方で認知症になると、本人は物忘れの自覚が無くなってきて、自立した生活が困難な場面が増え、家族から何等かの支援が必要となってきます。

昨年末にアルツハイマー病に対する新しい治療が国内で開始されました。これはアルツハイマー病の原因物質と考えられている脳内のアミロイドベータたんぱく質を除去する治療薬で、軽度認知障害や認知症発症して間もない患者さんに投与することで効果を発揮します。認知症が進行してしまうとこの治療を受けることは出来ませんので、物忘れが出てきたら、早期に診断してもらうことがとても大切です。この治療を受けても、残念ながら認知症を完全に治すことは出来ませんが、物忘れの進行を一定程度遅らせることが可能です。一方ある程度進行した患者さんではこの治療の適応はありませんので従来使用されている内服薬等で治療することになります。物忘れが気になる方は、早い段階でかかりつけの先生に相談をしていただき、必要に応じて専門医療機関で詳しく調べてもらうことが大切です。新しい治療薬の登場は頼もしいですが、すべての軽度認知障害や認知症の患者さんがこの治療を受けられるわけではないことや、治療に伴う副作用の理解、2週間に1回の点滴治療するために通院が必要であることなどを十分理解していただくことも

必要です。

## 2. 認知症の予防のために今出来ること

新しい治療薬をもってしてもアルツハイマー病が完全に治るわけはありませんので、アルツハイマー病をはじめとした認知症を予防していくことも重要なとりくみです。アルツハイマー病や認知症の発症には喫煙、運動・睡眠不足等の生活習慣や高血圧や糖尿病等の生活習慣病が関係していることが分かっています。喫煙をしないで、十分な睡眠や定期的な有酸素運動の習慣を取り入れ、血圧や血糖、コレステロール等を適切に維持することは、心臓病や脳卒中の予防に大切であることが良く知られています。実はこれらの取り組みはアルツハイマー病や認知症の発症予防にも効果的であることが様々な研究成果から分かってきています。これらの取り組みは今から始められる認知症予防対策ですので、積極的に健康的な食事や運動の習慣を取り入れ、十分な睡眠をとり、そして血圧、血糖、コレステロール等が高い方は適切に治療してほしいと考えます。

おわりに

日本人の高齢化は今後も続き、2040年には高齢者の6.7人に1人が認知症になると推測されています。高齢者になっても健康的な人生を過ごすためにも、若いうちから認知症にならないための健康的な生活習慣の取り組みを続けていくことが大切です。万が一軽度認知障害や認知症になっても、早期に診断してもらい、適切な治療を受けることで、健康

寿命の延伸をつなげることが可能となります。その意味においても、軽度認知障害や認知症に対する最新の正しい知識を持っていただくことがとても大切です。

《講師略歴》

氏名 田中 亮太 (たなか りょうた)

《学歴及び職歴》

1996年3月	順天堂大学医学部卒業
1996年4月	順天堂大学医学部 脳神経内科 入局 (水野美邦 教授)
2000年4月	順天堂大学大学院 (神経学)
2003年3月	学位 博士(医学) 授与
2003年5月	University of Calgary 細胞生物学・解剖学 博士研究員 (Samuel Weiss 教授)
2005年5月	順天堂大学医学部 脳神経内科 助手
2011年4月	順天堂大学医学部 脳神経内科 准教授
2018年4月	自治医科大学医学部附属病院 脳卒中センター教授・センター長 自治医科大学医学部 内科学講座神経内科学部門 教授 (兼務)
2023年1月	順天堂大学医学部神経学講座客員教授 (併任)

《受賞歴》

平成29年度 順天堂大学医師会賞受賞