

認知症予防への挑戦



認知症予防学会 理事
国立長寿医療研究センター・もの忘れセンター長
第9回日本認知症予防学会学術集会 大会長
櫻井 孝

近年、欧米の先進国では認知症の有病率が減少していることが報告されている。しかし、わが国ではなお右肩上がりに増加しているという。これだけの医療大国である日本において何故であろう？ 日本人の遺伝的体質や、食生活パターンが認知症に不利なのかもしれない。或いは、すでに認知症は減少し始めているのに、発症率の調査が遅れているためかもしれない。

近年、アルツハイマー病をはじめとする変性性認知症の疾患修飾薬の開発はまったく停滞している。しかし、いずれ効果のある薬物は開発されると私は信じている。しかし仮に、予防薬が開発されても、認知症の予防は道半ばに過ぎないであろう。高齢者認知症の多くは複合病理であり、薬物療法と非薬物療法の併用は必須であろう。2017年、ランセット国際委員会 は、認知症の危険因子として、APOE ε4 などの遺伝的因子、小児期の教育歴、中年期の聴力障害、高血圧、肥満、高齢期の喫煙、うつ病、身体不活動、社会的孤立、糖尿病を報告した。改善可能な9つの因子について対策を講じることで、世界の認知症発症の35%を遅延あるいは予防できるという。認知症のリスクとして、新たな遺伝子異常も報告されており、個人個人のリスクに応じた認知症予防を行うことが最終目標となる。

このような認知症予防への挑戦として、「認知症予防を目指した多因子介入によるランダム化比較試験 (J-MINT 研究)」が、国立長寿医療研究センターを中心として始まっている。認知症リスクを持つ高齢者を対象として、生活習慣病の管理、運動、栄養、認知トレーニングの多因子介入 (オープンラベルランダム化比較試験) を行い、介入開始後18ヵ月までの認知障害の進行が抑制されるかを検証する。J-MINT 研究では、①認知症リスクを改善するために人による手厚いサポートを提供すること、②将来の社会実装を見据えた予防サービスの仕組みを構築するため民間企業と共同で行うこと、③認知機能低下抑制のメカニズムを解明するため、血液バイオマーカー、遺伝子解析、脳画像等解析を行うことが特徴である。わが国のライフスタイルにあった認知症予防のエビデンスを確立し、将来、日本の津々浦々に予防活動が広がることを目標としている。

令和元年10月18日～20日に、第9回日本認知症予防学会学術集会が名古屋国際会議場で

巻頭言

開催される。テーマは、「本人・家族を中心とした認知症予防」で、最新の認知症予防に関する情報が集約される。認知症の本人・家族の目線から、認知症の進行予防、ケアの在り方についても新しい企画があり、シンポジウム 18、ワークショップ 2、教育講演 11、特別講演 5、コグニサイズ実践教室、200 題の一般演題など、多彩なプログラムが準備されている。皆さまにはぜひご参加くださいますようお願いいたします。認知症予防の活動がますます盛り上がり、わが国では認知症は心配ないと言える日を皆様と一緒に目指したいと思います。