



認知症予防の最新情報と日本認知症予防学会の取り組み

うらかみ かつや
浦上 克哉

鳥取大学医学部保健学科認知症予防学講座

2023年6月14日、認知症予防の日に認知症基本法が成立し、共生と予防が車の両輪として施策が進められていきます。認知症は増加の一途をたどり、2025年には700万人を超えると推計されていました。しかし、昨年の厚生労働省の調査では、認知症は472万人と報告され、推計値より228万人少ない数字となりました。これは、認知症が予防できたことを意味しております。ただ、認知症の前段階である軽度認知障害(MCI)は558万人と増加しており、これからはMCI対策が重要であることを示唆しています。また、抗アミロイドβ抗体薬が発売され、薬物治療も新たなステージに入りました。投与対象はアルツハイマー病の前段階であるMCIと軽度の認知症です。予防の視点からもMCIは可逆的な状態であり、MCIでの早期介入は正常への回復をもたらします。MCI早期診断のためのスクリーニング法として嗅覚機能検査(ニンテスト:栄研化学)ともの忘れ相談プログラム(MSP:LIMNO)を推奨します。最も頻度の多いアルツハイマー型認知症では嗅覚機能は記憶機能の障害より前に出現します。未発症のアルツハイマー型認知症を発見することも今後重要になってくるので嗅覚機能検査は最善と考えます。そこで、認知症の嗅覚障害を短時間で負担なく検査でき、且つ精度の高い検査法を開発しました。方法は紙コップを使い、匂いを出すスプレーを用いて香りを2回ブッシュして、被験者に嗅いで頂き、香りを当てて頂きます。10点満点で9~10点だと異常なし、5点~8点だと軽度低下、4点以下だと低下ありという評価になります。同時に認知機能評価も必要でありMSPを推奨します。MSPはタッチパネル式コンピュータを用いて、コンピュータによる音声と文字情報による質問を被験者が直接タッチして答えるものです。5分以内で終了し、感度と特異度も90%を超えております。従来のスクリーニングテストだと、検者による質問の仕方による差異や、被験者の検査への拒否があったりと課題が多くありました。MSPは、そのような課題を解決できる機器と考えます。日本認知症予防学会を2011年に設立しました。一般市民からの認知症予防へのニーズが高く、それに応える必要性を感じたからです。予防といっても病気の発症予防だけではなく、発症予防は一次予防、二次予防は病気の早期発見・早期治療、三次予防は病気の進行予防であり、一次予防から三次予防までを切れ目なく行うということです。学会の3本柱は、認知症予防のエビデンスの創出、認定、普及・啓発、認知症予防に携わる専門職の育成、多職種協働・地域連携への取り組みです。認知症予防はこれまでエビデンスが乏しく、そのために否定的にみられてきました。特に日本人におけるエビデンスを創出することが求められ、取り組んでおります。また、近年多くのサプリメントが世の中に出まわっております。しかし、その有効性は確かではありません。そこで、エビデンス認定委員会を作り、エビデンス認定をしております。これまでに、サプリメントではウリジル酸Na、熟成ホップ由来酸、βラクトリン、Twendee X、フェルガードを認定しました。療法としては、音楽療法、臨床美術療法、化粧品美容セラピーなどを認定しました。専門職の育成では認知症予防専門士、認知症予防専門医、認知症予防ナース、認知症予防専門薬剤師、認知症予防専門臨床検査技師の制度を作っております。多職種協働では、多くの職種の方々に会員になって頂き、地域連携の実践の場となっております。認知症は治らない病気から、治る、予防できる病気になってきております。脳神経外科医も認知症の早期発見と予防にお力添えを頂きたいと希望します。

略歴

- 1988年 3月 鳥取大学医学部大学院博士課程修了
- 1989年 4月 鳥取大学医学部脳神経内科・助手
- 1996年 2月 鳥取大学医学部脳神経内科・講師
- 2001年 4月 鳥取大学医学部保健学科生体制御学講座・教授
- 2016年 4月 北翔大学・客員教授(併任)
- 2022年 4月 鳥取大学医学部保健学科認知症予防学講座(寄附講座)・教授
- 学会活動
- 2002年 4月 日本老年精神医学会 理事
- 2011年 4月 日本認知症予防学会 代表理事
- 2011年 9月 第1回日本認知症予防学会 大会長
- 2020年 12月 第35回日本老年精神医学会 大会長
- 受賞
- 2023年 2月 鳥取大学 学長表彰
- 2023年 6月 日本臨床衛生検査技師会 有効賞・特別賞