

# エール

—薬剤師の幸せな人生を願って—

## 第12回

# 軽度認知障害を早く発見し 発症を遅らせよう

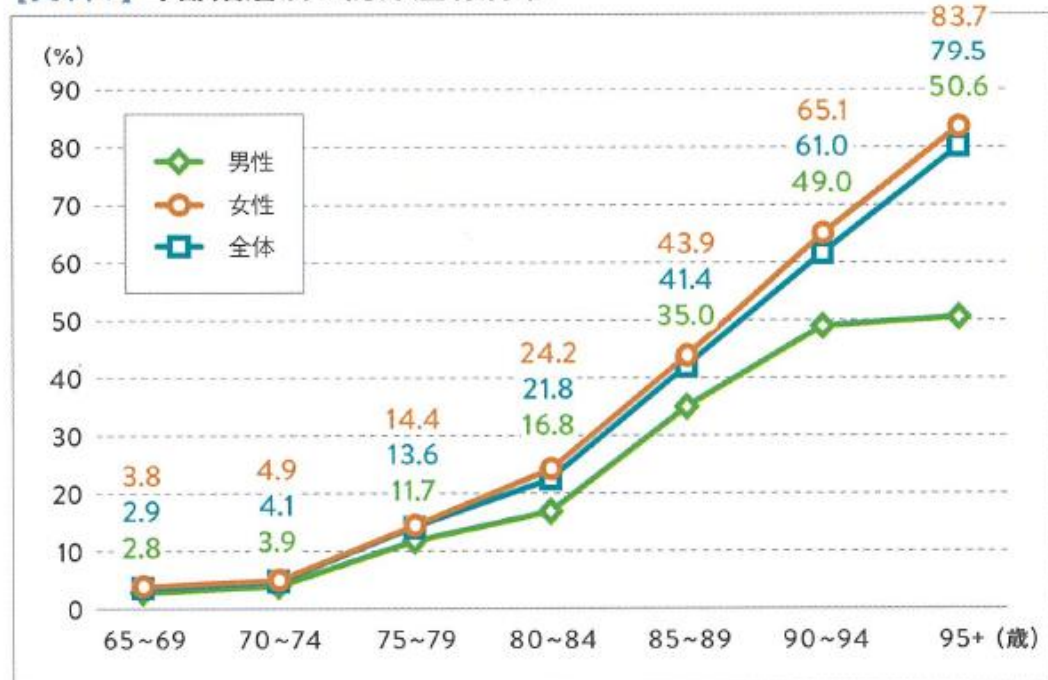
日本人の「平均寿命」は、2019年時点で女性は87.45歳、男性は81.41歳であった。しかし、認知症、脳卒中、衰弱（厚生労働省『平成28年国民生活基礎調査の概況』〈IV 介護の状況〉で示された介護が必要となった原因の上位3位）などになることなく、人の手を借りずに、ひとりで自立した生活を送れる期間を示す「健康寿命」は、女性75.38歳、男性72.68歳と短くなる<sup>[1]</sup>。

前号では、薬剤師がどのようにして健康寿命を延ばし、人々の認知症を防ぐ（一次予防）かについて書いたが、今号と次号では、認知症の二次予防（発症を遅らせる）、三次予防（進行を遅らせる）に薬剤師がどうかかわり、いかに健康寿命を延ばせるかを考えてみたい。



『日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究』によると、2020年の65歳以上の高齢者の認知症有病率は16.7%で約602万人となっており、6人にひとり程度が認知症である。加齢とともに発症率は増加し、80～84歳で21.8%、85～89歳で41.4%、90～94歳で61.0%、95歳以上では79.5%である<sup>[2]</sup>（【資料1】）。ち

【資料1】年齢階層別の認知症有病率



出典：厚生労働省「認知症の現況と新オレンジプランの概要」

## 鍋島 俊隆

NPO 法人医薬品適正使用推進機構理事長／藤田医科大学客員教授／名古屋大学名誉教授／All. Cuza 大学（ルーマニア）名誉教授

なみに、現代科学の評価方法では多数を「正常」と診断している。したがって、90歳以上では認知症の方々のほうが「正常」になると私が冗談を言うほど認知症は多い。

ところで、私は高齢者の精神ケアのために、「加齢とともに認知機能が落ちるのは加齢にともなう生理機能の低下＝正常老化であるので落ち込むことはない」とキャンペーンをしている。つまり、普通のもの忘れと認知症によるもの忘れは非常に区別しにくいのである。【資料2】に両者の違いを示したので、参照いただきたい。



日常生活に支障がなく、認知症ではないけれども記憶障害が見られる状態を軽度認知障害（MCI: Mild Cognitive Impairment）と呼ぶ。本人はもの忘れを自覚しており、「何かおかしい」、「以前とはどこか違う」と感じている。2012年では400万人がMCIだと報告されている<sup>[2]</sup>。そして、MCIの高齢者の50%はアルツハイマー病に移行すると言われている。

しかし、MCIを早期に発見して、運動、食事、認知トレーニングなどで介入すれば、健康な状態に戻るという研究がある（二次予防）<sup>[3]</sup>。ぜひ、薬剤師に関与していただきたい分野だ。たとえば、薬局で薬剤師が認知症早期発見チェック用紙（エーザイ相談 e-65.net）<sup>[4]</sup>などを利用してチェックをし、患者や患者家族の相談に乗り、MCIのうちに専門医を紹介して、医師と協働のうえ、患者が認知症になるのを遅らせることもできるのである。

【資料2】普通のもの忘れと認知症のもの忘れの違い

普通のもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部を忘れる	体験の全体を忘れる
進行しない	進行する
自覚している	自覚できない
生活に支障がない	生活に支障がある

出典：長谷川和夫「認知症の知りたいことガイドブック」（2006）（改変）

Profile なべしま・としたか

1973年大阪大学大学院薬学研究科博士課程単位取得退学。名古屋大学大学院医学系研究科教授、同大学医学部附属病院薬剤部部長（兼任）、名城大学大学院薬学研究科教授、名城大学比較認知科学研究所所長（兼任）などを経て、現職

[1] 厚生労働省第16回健康日本21（第二次）推進専門委員会 資料3-1 健康寿命の令和元年値 図-平均寿命と健康寿命の推移（2021.12.20）／[2] 厚生労働省認知症・虐待防止対策推進室、認知症年齢別有病率の推移について：朝田隆、厚生労働科学研究費補助金 認知症対策総合研究事業「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」（平成21～24）総合研究報告書より [https://www.kantei.go.jp/jp/singi/ninchisho\\_kaiji/yusikisha\\_dai2/siryou1.pdf](https://www.kantei.go.jp/jp/singi/ninchisho_kaiji/yusikisha_dai2/siryou1.pdf)／[3]「認知症疾患診療ガイドライン」作成委員会：認知症疾患診療ガイドライン2017, p147, 2017, 医学書院／[4] 家族で確認認知症チェックリスト エーザイ相談 e-65.net