

中経論壇

支援NPOクラブ
営務
参与

山本 章博



格承認のためにはさらなる試験が求められている。日本でも1月16日に申請したが、2

日米の会社が共同開発したアルツハイマー病（AD）の治療薬が、1月6日米国で迅速承認され話題になってい

る。軽度ADの患者約1800人を2群に分けた臨床試験では、対象群に比べ症状の悪化を27%抑制し、患者の歩行・排せつ・食事・着替え・入浴などの日常生活が改善し、副作用も比較的軽微だったとのこと。患者団体や医療機関からは歓迎の声も上がっているが、迅速承認というのは仮免許みたいなものであり、本

仮に日本で承認されたとしても、対象が早期の患者に限られ、診断のためのアミロイドβ検査の義務付けなどの条件がつくなどが予想されるため、広く使われる薬になるにはそれなりの時間がかかりそうである。また、ADの発

認知症対策

生原因そのものも完全に解明されたわけでもないのに、夢の治療薬の開発にはさらに長期間を待たねばならない。

従って、薬の開発を待つだけではなく、発症を遅らせるのに有望と思われることを、個人個人が実行することが重要であろう。それについていくつかの報告を見つけた。

① 適度の運動 遊び場のない狭いケージで飼育されたラットに比べ、遊び道具も遊び場所もあるケージで飼育されたラットは、脳内のアミロイドβ分解酵素が2倍も高い事実が判明したと報告されている。また、別の報告では回転車を入れて運動させたラットでは神経細胞の新生が顕著に増加しており、記憶力も増加していることが実験的に証明されたとのことである。人間における検査でも運動している高齢者は、運動していない高齢者に比べてアミロイドβ蓄積が1/3であり、その運動量も1日20-30分、週2回程度でも十分効果的だったそうである。筋肉を動かすことで脳全体にも刺激を与え、活性化されるという報告は多い。

② 話し相手を持つこと 高齢者で話し相手のない人は相手のいる人に比べてADになる確率が約6倍も高いという調査結果がある。

神経細胞は年齢にかかわらず新生するという報告は、高齢者には朗報だ。私も適度の運動、会合への積極的な参加などで、神経細胞を刺激し新生させるのがんばりたいと思う。

適度な運動と会合参加で神経細胞を刺激