

## アルツハイマー病を含む認知症は予防され得る:

### 国際的専門家による宣言

2013年11月にロンドンで開催された先進国首脳会議G8「認知症サミット」に際し、我々はG8主要国政府に対して、主要な健康問題の1つとして**認知症の予防**に取り組むことを求めるものである。

- 最も多い認知症疾患であるアルツハイマー病は、不可逆的で数年に渡り徐々に進行する。
- 現在の所、認知症治療薬は症状を軽減するものの、疾患の進行阻止には有効ではない。
- 過去50年間、心臓病と脳卒中による死亡は大幅に減少したが、その約半数は、危険因子のコントロールという公衆衛生対策の結果である。**我々は、認知症にとっても同様のアプローチが出来ることを信じている。**
- 我々は、一致協力して介入可能な危険因子を発見し、また既に同定されている危険因子を活用するために努力することを、提案する。
- 危険因子への介入による認知症予防について、大規模治験を行うために、国際的な協力が必要である。
- 健康の専門家は、介入がより効果的であるように、認知症発症のリスクが高い個人を、初期に同定することを目標にすべきである。
- **直ちに行動を開始するためのエビデンスが、既に十分存在している。**認知症の発症リスク群への治験として、以下を施行すべきである。即ち、運動、糖尿病の治療を含む血糖コントロール、抑うつの治療、高血圧の治療、ビタミンB、オメガ3脂質、認知トレーニング、そして社会的活動である。
- 公衆衛生施策として、中年期から以下のことを推奨すべきである。即ち、禁煙、運動、野菜と魚の豊富な食事(地中海フード)の摂取、肥満と糖尿病の防止、過剰な飲酒を避けること、そして高血圧の治療である。換言すれば、**健康的なライフスタイルは、他の疾患同様、認知症を防ぐかも知れないのである。**
- いくつかの西洋諸国において、おそらくライフスタイルの改善と心血管系危険因子のコントロールによって、認知症と認知機能障害の有病率が予想されたよりも現在低いことは、注目に値する。しかし、このことは必ずしも国際的な傾向として、認知症の介護負担が実質上減少していることを意味しないかも知れないが。

- 世界中のアルツハイマー病患者の約半数は、既知の危険因子による可能性があるとされる。既知の危険因子に対して直ちに行動を起こすことは、2025年までに発症する患者の最大20%を、予防出来る可能性がある。
- 2010年における世界中の認知症関連コストは6040億ドル(60兆4000億円)に上るが、その殆どがG8主要国である。それ故、認知症予防対策は多くの患者の予防だけでなく、経済的な損失を防ぐことにもなるのである。
- 我々は、G8主要国の健康関連省庁に対して、認知症予防の研究費を大幅に増額することを求めるものである。

デイビッド・スミス： 英国オックスフォード大学

クリスチーナ・ヤッフェ： 米国カリフォルニア大学

36カ国 109名の科学者が署名した。

(アルファベット順)

日本国 東北大学 目黒謙一