

講演概要

「世界に羽ばたいた^{うすき}白杵認知症研究」

松原 悦朗

(白杵市医師会 認知症先端医学研究所 所長 / 大分大学 医学部神経内科学講座 特別教授)

大分大学医学部では2011年から大分県白杵市で、認知症を考える会の設立を契機として、医師会や行政と認知症支援連携体制を構築してきました。この中で、白杵市の居住地（山側・海側・都市部・周辺村落部）で認知症機能低下の陽性率が異なることが判明し、認知機能と密接な関係にある生活習慣因子探索のためウェアラブル生体センサを考案し、この活用による認知症リスク因子発掘のための白杵コホート研究を2015年に開始しました。対象は65歳以上の認知症のない白杵市住民高齢者855例（平均年齢73.8歳）で、軽度認知機能障害と診断された118例（平均年齢75.7歳）に対しては年1回の頭部MRI検査、アミロイドPETとFDG-PETを追加し、3年間継続しての経過観察を行いました。横断的解析では、①3276歩以上の歩行、②353～434分の至適睡眠時間、③80～321分の会話時間が認知機能保持に重要であること、②より短い睡眠時間では脳内アミロイド β ($A\beta$)が蓄積し、逆に長い睡眠時間は脳機能低下が低下することがわかりました。縦断的解析では、質の悪い睡眠と身体活動の減少が認知機能低下と関連し、アルツハイマー病の脳内 $A\beta$ 蓄積量増加は睡眠時間よりも睡眠効率低下と関連している傍証が得られました。予防指導の肝となる良質な睡眠効率獲得は良好な身体活動・運動で達成される、即ちアルツハイマー病は運動を基本とした睡眠の質改善で発症予防が可能だとわかりました。こうした研究成果を広く世界の一流英文研究雑誌に投稿することで、白杵市の世界デビューに貢献してきました。幸いに、世界から一目置かれる存在となった白杵コホート研究は、ノーベル医学賞を受賞した田中耕一博士率いる島津製作所との共同研究（血液でのアルツハイマー病発症予測）や、抗アミロイド β ($A\beta$)抗体薬を開発したエーザイ株式会社との共同研究（生体センサで脳内アミロイドPET陽性者を予測、さらには生活背景と採血の健診データのみから予測する方法）からの成果を続々と生み続けています。

本講演では、私自身が座右の銘としている「MAKIIT WORK」、意味するところは「形にすること」、即ち「医学研究で得られた成果を目に見える形にして社会還元・社会実装すること」を、現在永住の地となった大分県で、そして白杵市を舞台として、この実現に向けた取り組んできた現状を振り返りつつ概説いたしました。



<https://www.city.usuki.oita.jp/docs/2014013000320/>より引用改変