認知症 かかりつけ医による早期発見・予防を

100歳時代プロジェクト

内科医向けセミナー「かかりつけ医による軽度認知障害（MCI）の早期発見と認知症の予防」

誰もが100歳まで生きることが当たり前となる時代に備え、産経新聞社が立ち上げた「100歳時代プロジェクト」はこのほど、内科の開業医らを対象としたセミナー「かかりつけ医による軽度認知障害（MCI）の早期発見と認知症の予防」を都内で開催した。同プロジェクトのパートナー企業の太陽生命保険と、日本臨床内科医会、東京内科医会との共催。

地域医療や地域住民の健康づくりで重要な役割を担っている開業医らに、認知症を発症する前段階のMCIを早期発見し認知症の予防を促すための知見を深めてもらうのが狙い。

有識者による「100歳時代プロジェクト会議」のヘルスケア委員である東京医科歯科大学特任教授の朝田隆氏、国立長寿医療研究センター予防老年学研究部長の島田裕之氏の2人と東京内科医会副会長できうち内科クリニック院長の木内章裕氏が講師を務めたほか、太陽生命保険営業企画部部長の原耕平氏が、10月に発売した「ひまわり認知症予防保険」について紹介した。

菅原正弘氏

セミナーの冒頭あいさつした東京内科医会会長の菅原正弘氏は「日本臨床内科医会は今年、『かかりつけ医宣言』を出し、健康寿命の延伸に努めていく方針を示した。MCIをいかに早く見つけるかは非常に重要なテーマだ」と述べ、早期発見・早期治療の大切さを訴えた。

東京医科歯科大学医学部特任教授

朝田隆氏

チェックリストで誰でも判別

あさだ・たかし　昭和57年、東京医科歯科大学医学部卒。国立精神・神経センター武蔵病院精神科医長などを経て平成13年に筑波大学臨床医学系精神医学教授。26年から東京医科歯科大学医学部特任教授、27年からメモリークリニックお茶の水院長。

認知症の根本治療薬の開発がうまくいかないなか、発症してからでは遅く、予備軍のMCIの段階でいかに早期に発見し治療を始められるかが重要になっている。MCIとは、記憶力は相当に低下しているが、理解力や判断力などの認知機能には問題がなく、日常生活も正常な状態。MCIの人の約半分が4年で認知症に進行するというデータがある。一方で、重要なのは、平均すると4人に1人くらいはMCIから正常な状態に戻ることができる。

そこで人の行動を観察することでMCIをチェックできないかと考え、日本老年精神医学会でチェックリストを作成しほぼ完成した。検査やテストで判別するのではなく、周囲の誰もがMCIに気づけるようにすることが重要。特に、調剤薬局や医療機関の窓口の人が行動から変調に気づくケースが多い。

「曜日や日にちがわからない」「薬の管理ができない」「（医師の）指導内容を覚えていない」「医療施設内で迷う」など、13項目までチェックリストを絞り込んだ。内科だけでなく歯科や眼科、婦人科そして調剤薬局など多くの場所でこうしたリストを使ってもらい、地域などで連携して認知症予防に取り組むことが重要だ。

東京内科医会副会長

木内章裕氏

一般内科医でも診断・治療可能

きうち・あきひろ　昭和62年、東京医科大学卒。同大学老年病学教室入局。同教室助手、講師を経て、平成20年、東京都江戸川区で「きうち内科クリニック」を開業。認知症学会専門医、神経学会専門医、老年医学会専門医。

認知症の専門ではない一般内科医は、専門機関の「認知症疾患医療センター」や専門研修を受けた「認知症サポート医」と連携して診断・治療にあたっている。しかし、センターは数が少なくパンク状態で、一般内科医がもっと診られるようにする必要があり、診断・治療は可能だ。

診断でまず行う問診では「ATMでお金をおろせなくなった」とか、「買い物で同じものばっかり買ってくる」など具体的なエピソードを聞くことが大事だ。次に記憶や計算などを問う認知症テストを実施する。テストの結果だけで判断するのではなく、実際の症状に照らして診断する必要がある。他の病気が原因で認知機能が低下している可能性もあるので採血や心電図、レントゲンなどの一般検査も必要。最後に脳の萎縮などを診る画像診断は必須だ。

4種類あるアルツハイマー型認知症の治療薬にはそれぞれメリット、デメリットがあり、症状や副作用に応じて使い分けてほしい。MCIの人については現在の治療薬が有効であるという科学的根拠はまだなく、保険適用外なので投与の判断は難しい。ただ何も対処しないのではなく、定期的に検査に来てもらうことで早期治療につなげている。

運動・脳トレ・社交を総合的に

しまだ・ひろゆき　理学療法士を経て、平成15年、北里大学大学院（博士課程）修了。東京都老人総合研究所研究員などを経て、22年、国立長寿医療研究センター自立支援システム開発室室長、26年から同センター予防老年学研究部長。

国立長寿医療研究センター予防老年学研究部長

島田裕之氏

認知症予防の取り組みが整い、平均で発症を2年遅らせることができれば、患者を20％減らすことができ、5年遅らせると半分を救うことができるという試算があり、予防の取り組みは大きな効果がある。予防のターゲットになるのがMCIだ。認知症になりやすい一方で、正常な状態に戻れることが分かっている。認知機能低下の度合いが低い人ほど正常に戻る割合は高く、早期発見・早期対処が予防のカギとなる。

MCIの早期発見のため、地域の健康診断のような形で認知機能を検査する「脳と体の健康チェック」を実施している。タブレット端末のアプリを使い比較的簡単にできる検査で、ウェブ上でできる検査も開発中だ。

予防では血圧の管理など医学的な対処のほか、脳トレや運動の習慣化が認知機能の低下を遅らせる効果が期待できる。こうした改善可能な取り組みによって認知症を35％抑制できるとの報告もある。中でも運動が脳の健康に寄与するメカニズムは幾つも明らかになっている。運動と計算などの脳トレを組み合わせた「コグニサイズ」を開発し推奨している。仲間との交流など社会的な活動も有効で、これらを総合的に取り組むことが最善策となる。

給付金で認知症予防を促進

はら・こうへい　上智大学経済学部卒。平成9年、太陽生命保険入社。徳島支社長、企画部課長、名古屋支社長、営業企画部課長を経て、29年7月から営業企画部部長。

太陽生命保険営業企画部部長

原耕平氏

太陽生命保険では平成28年3月、認知症を保障する「ひまわり認知症治療保険」を業界で初めて発売し、契約件数が40万件を突破した。これに続き今年10月には「ひまわり認知症予防保険」を発売した。認知症になったときの保障に加え、認知症にならないための予防への取り組みをサポートするということがこの商品のコンセプト。元来、保険商品はがんや認知症になったり、亡くなったりと、経済的に困難なことが起こってから保険金を支払うというのが基本的なしくみだった。しかし認知症は、それに加えて予防が非常に大切だと考え、この商品を発売した。

契約1年後から2年ごとに出る予防給付金を利用して、予防に関するサービスを利用して予防に取り組んでもらうことがこの保険の一番の特徴。サービスには、血液でMCIのリスクを測るスクリーニング検査や自然を楽しみながら歩く「クアオルト健康ウオーキング体験ツアー」などを用意している。

認知症になった場合の保障も診断後すぐに保険金を支払い、できるだけ早く治療に使えるようにしている。一人でも多くの人が認知症を予防したり、症状を改善させたりできるよう今後も商品開発に取り組んでいきたい。

太陽生命

認知症を世の中からなくしたい。
それは、私たちの強い願いです。

人生100歳時代を、
ずっと元気に生きていくため。
保険にはもっとできることがあると、
太陽生命は考えます。
たとえば認知症保険も、治療だけでなく
予防のためにも使えるよう進化します。
太陽生命の「ひまわり認知症予防保険」なら、
加入1年後から2年ごとに
予防給付金が受け取れるので、
軽度認知障害発症リスクの検査や
様々な認知症予防のために活用できます。
変化し続ける時代のニーズに、
太陽生命は保険でお応えしていきます。

保険で、
認知症を
予防!?

業界初　ひまわり認知症予防保険

※当広告では選択緩和型認知症診断保険に生存給付金特則を付加したプランを「ひまわり認知症予防保険」としてご案内しています。
状態継続日数の要件がなく、所定の認知症と診断された時に保険金を主契約でお支払いする生命保険は業界初です。（2018年7月現在、当社調べ）

［資料のご請求・お問い合わせは］太陽生命お客様サービスセンター　0120-709-506（なっとく コール）（通話無料）
営業時間:月～金　9時～18時/土・日　9時～17時
※祝日・年末年始（12/30～1/4）は休業します
https://www.taiyo-seimei.co.jp/
太陽生命　検索
T&D　T&D保険グループ