

アルツハイマー 病

国内の患者数は約200 万人といわれています。
加齢に比例して誰でも発病する可能性もある脳の老化に関する病気です。
(家族性アルツハイマー 病は第1・第14・ 第19・ 第21染色体上の遺伝子が原因と報告あります)

脳全般にβ-アミロイド 蛋白という異常な蛋白質が蓄積し、
脳の神経細胞が変性・死滅し最終的に脳が萎縮する病気です。

β-アミロイドはAPP が酵素 (β-セクレターゼ・γ-セクレターゼ)により切断されたもので、
APP もβ-セクレターゼ・γ-セクレターゼ も脳内に存在しているものです。

β-アミロイドの固まりをアミロイド 斑と言い、
40歳台後半から生成され、30年ほどかけて大きくなります。

認知症の約60% はアルツハイマー 型認知症です。

アミロイドβ (アルツハイマー 病の原因物質) について以下の研究内容が
最近発表されました (毎日新聞・2007年3 月27日)

.....

アルツハイマー 病・原因物質の蓄積を抑える酵素発見

アルツハイマー 病の原因となる蛋白質「アミロイドβ」が脳で分解されずに蓄積するのを
抑える物質を、大阪バイオサイエンス研究所などの研究チーム が見つけ、
3 月26日付けの米科学アカデミー 紀要に発表した。
この物質は、睡眠を促すホルモン「プロスタグランジンD2」を作り出す酵素。

.....

『昼寝をする人はアルツハイマー になりにくい』と先月お知らせした情報を覚えていますか？

アルツハイマー 型認知症は正常な老化の過程で約1%の人が発症すると報告されていますが、
以下の様な機能に問題が生じてきている場合はその発症率は高くなります。

1. 体験記憶(エピソード記憶) ・学習機能の低下
昨夜は何を食べたか？など体験したことをすぐ忘れてしまう。
2. 注意分割機能の低下
複数の事を同時にこなす機能が衰えてくる。
例・歩きながら会話をする。料理をしながらテレビを見る。
3. 計画力(思考力) の低下
旅行・料理・パソコン・マージャン・囲碁・園芸など自分にとって新しい事への
計画などができなくなる。

正常な老化によるアルツハイマー 型認知症を予防したり、その進行を遅らせる方法は
上記の 1～ 3の機能を維持することが有効です。

具体的には次の様な方法が考えられます。

1. 昨日の日記をつける (買い物リストを見ながら何を買ったか思い出すなど)
2. 複数の事を同時に行う (料理をしながら洗い物をするなど)
3. 新しいことに挑戦する (旅行の計画から実行まで)

アルツハイマー 病の危険因子としては遺伝的なものよりも
食生活・知的習慣・運動などの環境因子の影響が大きいとされています。

具体的には、外傷・加齢・性格(融通のきかないまじめな性格・消極的な性格)
環境(閉鎖的環境) ・その他(アルミニウム・女性・ダウン 症の家族歴) などです。