

主観的認知障害 SCI の抗加齢医学的検証
—SCI に注目し軽度認知障害 MCI・認知症の発症を予防しよう—

医療法人アエバ会 アエバ外科病院¹ 四ツ橋診療所²
同志社大学大学院医学研究科アンエイジングセンター³

草野 孝文¹ 安井 潔² 米井嘉一³

【目的】近年、疾患修飾薬の登場で SCI が注目されてきている。SCI を早期診断し MCI・認知症への進行を予防するための抗加齢的アプローチについてドックデータを解析し検討した。

【方法】2006年6月から2024年12月までの間、アンチエイジング（抗加齢・健康長寿）ドックを受診した男性211名（平均64.1±12.5歳）、女性217名（68.3±13.5歳）の延428例。前回報告した Wisconsin Card Sorting Test の MCI のカットオフ値 $CA \leq 3$ （カテゴリー達成数）、 $TE \geq 30$ （エラー総数）、 $PEN \geq 10$ （Nelson 保続数）、 $\%PEN \geq 40\%$ （Nelson 保続%）、反応時間 ≥ 300 秒）と全国 QOL 共通問診表の心の症状スコア（1～5点） $<$ 「ど忘れする」「判断ができない」「集中力がなくなった」のどれかが4点以上 $>$ で SCI 群と MCI 群、健常脳群に分類した。生活習慣、生活習慣病、機能年齢、血清 DHEA-s 値、血中コレステロール値などの抗加齢医学的指標調べた（平均 ANOVA 法）。

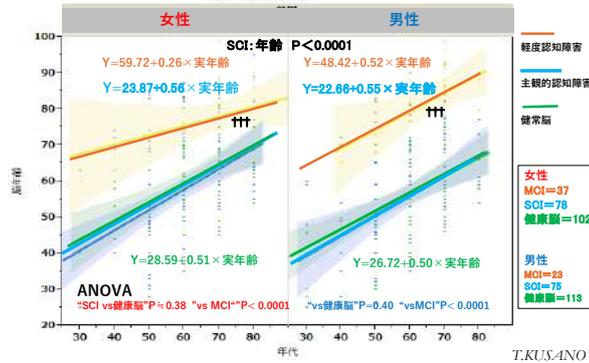
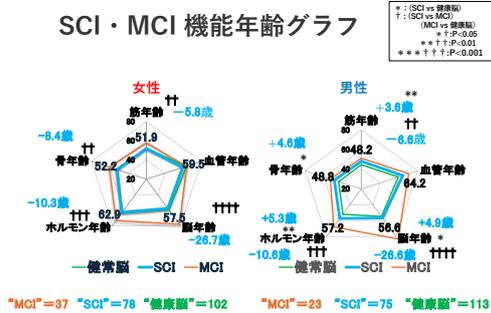
【結果】SCI 群は男性75名（65.8±1.4歳）、女性36名（74.4±1.4歳）。健康脳群に対して男性は筋年齢48.2歳（+3.6歳, $P < 0.001$ ）、血管年齢64.2歳（+4.9歳, $P < 0.05$ ）、ホルモン年齢57.2歳（+5.3歳, $P < 0.01$ ）、骨年齢48.8歳（+4.6歳, $P < 0.05$ ）と高かった。男性の脳年齢56.6歳（+1.88歳, $P = 0.40$ ）並びに女性の全機能年齢で有意差が見られなかった。MCI 群に対して男性の脳年齢（-26.6, $P < 0.0001$ ）、ホルモン年齢（-10.6, $P < 0.001$ ）、女性で筋年齢51.9（-5.8, $P < 0.01$ ）、脳年齢57.5（-20.7, $P < 0.0001$ ）、ホルモン年齢62.9（-8.4, $P < 0.001$ ）、骨年齢52.2（-10.3, $P < 0.01$ ）で有意差が見られたが、血管年齢59.5（-4.3, $P = 0.06$ ）に有意差はなかった。SCI 群は健康脳群より心の症状が多く、食生活が悪く、運動量が少なかった（ $P < 0.05$ ）。男性で健康脳群よりメタボリック症候群の罹患率が高かった（ $P < 0.05$ ）。

【結語】SCI に注目し、生活習慣と心の症状を改善し睡眠を良くして MCI、認知症への進行を予防することが大切である。

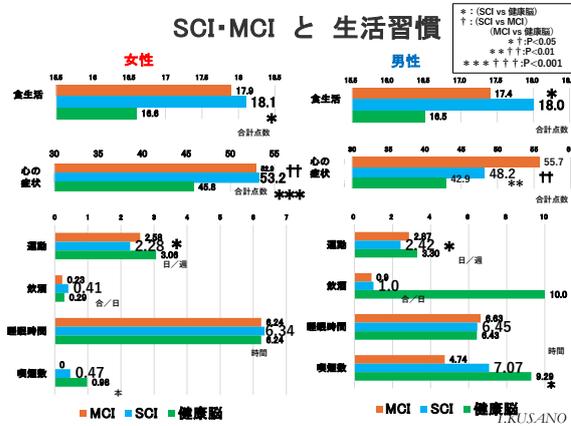
SCI・MCI と 脳年齢

* : (SCI vs 健康脳)
† : (SCI vs MCI)
(MCI vs 健康脳)
* † : P<0.05
** † † : P<0.01
*** † † † : P<0.001

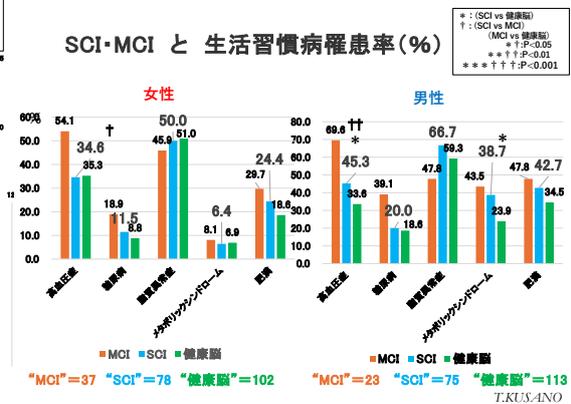
SCI・MCI 機能年齢グラフ



SCI・MCI と 生活習慣

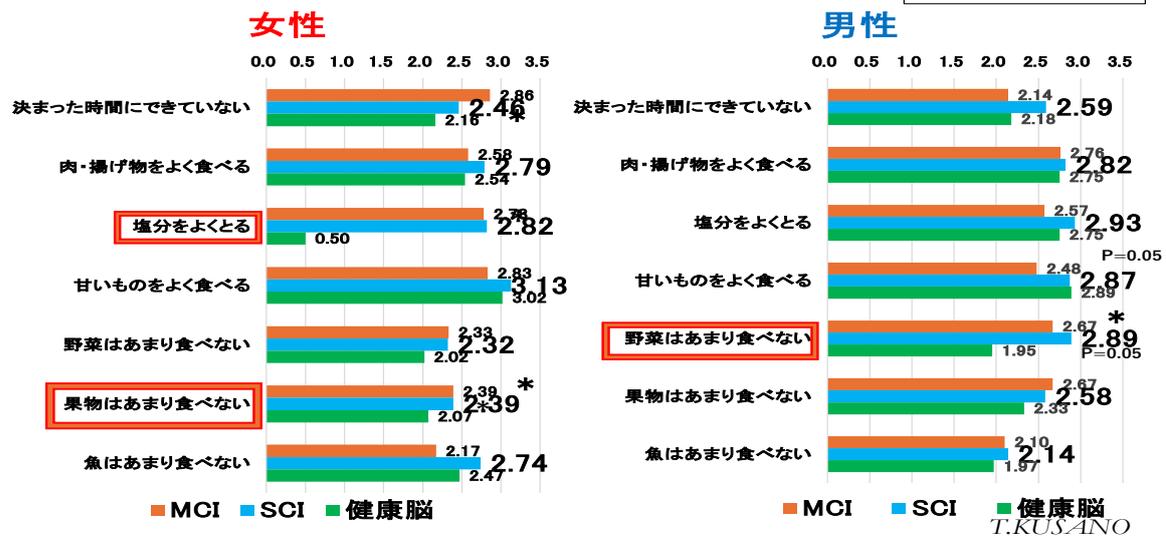


SCI・MCI と 生活習慣病罹患率(%)



SCI・MCI と 食生活

(平均点数1-5点)



SCI・MCI と 心の症状 (平均点数1-5点)

* : (SCI vs 健康脳)
 † : (SCI vs MCI)
 (MCI vs 健康脳)
 * † : P<0.05
 ** † † : P<0.01
 *** † † † : P<0.001

