

## 認知症は予防が大切です。

近年に増え続けている糖尿病など生活習慣病や花粉症やアトピー性皮膚炎など炎症に関係する病気あるいはガンなどをコモンディジーズ（よくある病気）と呼びます。コモンディジーズの発症には、個人の体質（遺伝素因）と発症の原因が複合的（多因子的）に関係し、共通して、根本的な治療方法は開発されていません。ほとんどの認知症もコモンディジーズと考えられています。

これらコモンディジーズの症状を改善したり和らげたりする対処療法は年々進歩しており、これらの対処療法によって、病気と仲良く付き合っていくことが生活術（多病息災良）とも言われています。しかし、認知症の場合は、長期にわたり進行する認知症の悪化に対し医薬品による対処療法はあまり役立ちません。認知機能が正常であることは人の尊厳に必須ですが、この機能が悪化すると人間関係にも影響するからです。

コモンディジーズの病気に罹ると根治することが難しいため予防が重要です。認知症も食事内容を含めた生活に注意を払い、高齢による認知機能の低下を抑制することが大切です。

高齢になると誰でも罹ることがあり得るアルツハイマー病は、認知症の約7割を占める代表的な認知症です。アルツハイマー病の原因たんぱく質と考えられているアミロイドβ（以下ではAβといいます）には記憶力や認知機能を低下させる神経毒性（以下ではAβ神経毒性といいます）があります。ANM176®は、米ヌカから抽出したフェルラ酸と特定12成分を含むガーデンアンゼリカ根の抽出物を配合した食品用素材です。ANM176®に配合されたフェルラ酸とガーデンアンゼリカ根に含まれる12成分のそれぞれにはAβ神経毒性抑制作用があり、これらの相乗作用によってAβ神経毒性抑制作用が最も高くなるように設計されたのがANM176®です。ANM176®を用い、143名の認知症患者で9ヵ月間にわたって行われた臨床試験では、重度であっても約4割の方、軽度では約7割の方の認知機能が改善しました。フェルラ酸単独（2019年1月号）やANM176®以外のフェルラ酸とガーデンアンゼリカ根抽出物を配合した商品（2019年5、7月号）にはANM176®と同等の効果が考えられないことは、このニュースシリーズで既に述べた通りです。

認知症のように長期にわたる予防や改善を目的とするサプリメントは安全性が必須で、食事から摂取できる量の成分であることが重要です。ANM176®は現代の食事では安定して摂取できていないAβ神経毒性13成分を補給する稀な素材です。Aβ神経毒性を効率よく抑制できる量のフェルラ酸は、米や小麦のヌカ部分に含まれています。ヌカ部分を完全に取除いた白米や精製小麦粉を使っている現代の日本人の食事からはAβ神経毒性を抑制できる量のフェルラ酸が摂取できていません。また、ガーデンアンゼリカ根に含まれる12成分はセロリーなどセリ科の野菜にも含まれていますが、食事から安定して摂取できているとは言えません。フェルラ酸には高齢によるストレス耐性の低下を抑制する作用があり、ガーデンアンゼリカ根に含まれる12成分の一部には抗炎症作用があります。このストレス耐性と炎症は密接に関係しています。これらの成分を欠かさず長期間摂取することが重要です。

食品がコモンディジーズの予防や改善に役立つか否かを調べるためには、長期間にわたり大規模な調査が重要です。一般社団法人認知症予防・改善推進会は、ANM176®がその利用者に役立っているか否かをアンケートによって簡単に調べることができる「ANM176利用者アフターサービス」を、本年9月から開始します。ANM176®利用者の同意の下に、このサービスから得られたデータは、ANM176®が長期間にわたって認知症の予防や改善に役立つか否かの解析にも用いられます。

「ANM176利用者アフターサービス」の資料は、以下の一般社団法人認知症予防・改善推進会事務局にお問い合わせください。