

日本人だけが、なぜ認知症有病率が増加しているのか？

高齢になると運動、感覚あるいは記憶力、判断力など、あらゆる機能が徐々に低下します。年を取るのには仕方がないとしても、判断力が低下すると往々にして大きな問題が起こります。現代では、技術や社会システムの進歩により生活が快適になり、核家族化やモータリゼーションが行き渡りました。その結果、高齢者が車で買い物に行った時にブレーキとアクセルを踏み違えて店の中に突っ込んでしまう事故がよく起こります¹⁾。若ければ、アクセルを踏んでしまっても、とっさにブレーキを踏んで事故にはなりません。駐車場から車を出す時にアクセルを益々踏み込んでしまうのは高齢による判断力の低下が原因です。このように身体の制御にも関係する認知機能が正常であることは、現在の生活では必要不可欠です。

年齢ごとの認知症の有病率は高齢になるほど上昇します。日本人の認知症有病率は、60才代では1.6%と僅かですが、70才代から増え出し80歳代の後半では27.3%の4人に1人以上が認知症と報告されています²⁾。高齢化社会で認知症が増加する主な理由は、高齢になるほど有病率が高くなるからです。認知症の多くは、遺伝とは直接的な関係がない孤発性で、どのようにして認知症になるのか分かっていません。最近では、認知症の発症に個人の遺伝的素因（体質）に環境やライフスタイルの変化が多因子的に関係すると言われていています。

日本人の場合は年齢以上に認知機能が低下している可能性があります。イギリス、スペイン、アメリカで行われた1990年代から2010年代までの疫学的な調査では年齢ごとの認知症有病率は減少していましたが、日本の調査では増加していました³⁾。このことから、欧米では認知症の発症に関する因子が抑制的で、日本では促進的と言うことになります。欧米人と日本人の環境やライフスタイルの変化の違いに食事が考えられます。その食事の変化の1つに、高齢によるストレス耐性の低下を抑制するフェルラ酸の摂取があります。小麦に限らず様々な種類の麦の全粒粉（ヌカ部分を取り除かない粉）やナッツ類を使ったパン類やシリアルをよく食べる欧米の食事ではフェルラ酸が不足することはないと言われています⁴⁾。ご飯やうどん・パンなどを主食としている日本人の場合は、現代ではフェルラ酸が偏って含まれているヌカ部分を完全に取除いた白米や精製小麦粉を使っており、フェルラ酸が十分に摂取できていない可能性があります。また、農業使用の品種改良された野菜やハウス栽培の果物では、本来であれば野菜や果物に含まれる抗炎症成分が、全く含まれていない可能性があります。

生物は、内外からのストレスに対して恒常性を維持する仕組みを備えています。この仕組みが高齢になると弱くなり様々な病気の原因になります。認知症もその1つと考えられます。アルツハイマー病の原因タンパク質とされているアミロイドβ（以下、Aβ）には脳の神経作用を狂わせるAβ神経毒性があります。フェルラ酸とAβ神経毒性を抑制する12成分が含まれるガーデンアンゼリカ根抽出物を配合したANM176[®]は、Aβ神経毒性を効率よく抑制し、認知症を改善することが臨床試験で示されています⁵⁾。このフェルラ酸とガーデンアンゼリカ根抽出物に含まれる12成分は、本来であれば食事から摂取できるはずですが、現代の日本人の食事では不足している可能性があります。

フェルラ酸とガーデンアンゼリカ根抽出物に含まれる12成分は効率よく吸収され10時間前後で分解されるため、ANM176[®]は少なくとも朝と夕の1日に2回以上を使うことが重要です。これらの成分には即効性はなく1ヵ月程度かけて体質を変えます。認知機能の試験では、6ヵ月間はプラセボ効果（偽薬でも効果があると感じる作用）があるため、6ヵ月以上使い続けないと真の効果は分かりません。

参考文献

- 1) 交通事故総合分析センター 第20回研究発表会 2018年2月
- 2) 朝田 隆【認知症の有病率】第19回 新たな地域精神保健医療体制の構築に向けた検討チーム、平成23年7月26日
- 3) Prince M *et al. Alzheimers Res Ther.* (2016) 30:8(1):23
- 4) Zhao Z, Moghadasian MH. *Food Chem.* (2008) 109(4):691-702
- 5) 中村 重信, *他. Geriatr. Med.* (2008) 46:1511-9

※アンケートでANM176[®]の効果を、その利用者が確認する「ANM176利用者アフターサービス」が始まっています。