

軽度認知障害

大阪市立弘済院附属病院

もの忘れ外来

軽度認知障害の 定義

軽度認知障害（Mild Cognitive Impairment、MCI）とはいわゆる「認知症予備軍」です。

もの忘れなどの自覚があるものの日常生活には支障がなく認知症ではありませんが病院で行う認知機能検査で正常範囲ではない場合に診断されます。

診断

MCI は記憶障害を主体とする健忘型 MCI と、記憶障害以外の認知機能※障害による非健忘型 MCI に分類されます。健忘型 MCI の特徴は以下の通りです^[1]。

- ・記憶障害の訴えが本人または家族から認められる
- ・日常生活動作※は正常
- ・全般的認知機能は正常
- ・年齢や教育レベルの影響のみでは説明できない記憶障害が存在する
- ・認知症ではない

※認知機能…記憶のほか、判断・計算・理解・学習・思考・言語などを含む脳の高次の機能のこと^[2]。

※日常生活動作…日常生活を送るために最低限必要な日常的な動作で、「起居動作・移乗・移動・食事・更衣・排泄・入浴・整容」動作のこと^[3]。

原因

MCI はアルツハイマー型認知症や血管性認知症などさまざまな認知症の前段階の状態であり、認知機能低下の原因はさまざまです。

疫学

報告によりばらつきはありますが、65 歳以上の住民のうち 11～17%が MCI と診断されると報告されています。記憶障害のみを訴える MCIに限ると 3～5%と報告されています^[4, 5]。

治療法

(ア)薬物療法

アルツハイマー型認知症(AD)に対する治療薬であるドネペジル、ガランタミン、リバスチグミンなどのコリンエステラーゼ阻害薬について MCI から AD への進行(コンバート)の抑制効果については明らかではなく、むしろ吐き気や下痢などのリスクを高めるとされています^[6]。また生活習慣病は認知症発症の危険因子である^[7]ので治療を受けましょう。

(イ)非薬物療法

WHO が 2019 年に発表した「認知機能低下および認知症リスク低減ガイドライン」^[8]の中で有酸素運動、バランスの良い食事をとること、社会的な交流を保つこと、禁煙すること、過度な飲酒をさけることが提案されています。

社会資源の利用

以下は家族会をはじめとした集まりや、大阪市が提供するサービスの一例です。

知る

大阪市認知症ナビ・認知症アプリ

認知症に関する知識、大阪市内で行われる認知症カフェや認知症関連のイベント情報を発信しています



相談する

地域包括支援センター ・ 総合相談窓口(ブランチ)
認知症初期集中支援チーム(通称オレンジチーム)
保健福祉センター ・ 大阪市成年後見支援センター

つながる

認知症カフェ

支えあう

認知症家族の会

権利を護る

消費者センター ・ あんしんさぽーと ・ 任意後見制度

その他介護予防

いきいき百歳体操 ・ 介護予防ポイント事業
なにわ元気塾(介護予防教室)

経過・予後

MCI から認知症に進行(コンバート)する頻度は年に 5～15%と考えられています。逆に MCI から正常に戻る(リバート)する頻度はおよそ 16～41%と考えられています^[9,10]。

参考文献

- [1] Petersen RC, et al: Mild cognitive impairment-beyond controversies, towards a consensus: report of the International Working Group on Mild Cognitive Impairment. J Intern Med 256: 240-246, 2004
- [2] 厚生労働省. “認知機能”. eヘルスネット. 2022-03-08.
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/alcohol/ya-043.html>
- [3] 公益財団法人長寿科学振興財団. “自立生活の指標：日常生活動作（ADL）とは”. 健康長寿ネット. 2019-10-17.
<https://www.tyoju.or.jp/net/kenkou-tyoju/kenkou-undou/jiritu.html>
- [4] Frisoni GB, Et al: Mild cognitive impairment in the population and physical health. J Gerontol A Biological Sci Med Sci 55: M322-328, 2000
- [5] Ritchie K, et al: Classification criteria for mild cognitive impairment; a population-based validation study. Neurology 56: 37-42, 2001
- [6] Tricco AC, et al: Efficacy and safety of cognitive enhancers for patients with mild cognitive impairment; a systematic review and meta-analysis. CMAJ 185: 881-885, 2013
- [7] Barnes DE, Yaffe K: The projected effect of risk factor reduction on Alzheimer’s disease prevalence. Lancet Neurol 10: 819-828, 2011
- [8] World Health Organization: Risk reduction of cognitive decline and dementia: WHO guidelines. 2019
- [9] Mitchell AJ, Shiri-Feshki M. Rate of progression of mild cognitive impairment to dementia—meta-analysis of 41 robust inception cohort studies. Acta Psychiatr Scand. 2009; 119 (4): 252-265.
- [10] Roberts R, Knopman DS. Classification and epidemiology of MCI. Clin Geriatr Med. 2013; 29 (4): 753-772.

認知症の診断と治療
軽度認知障害
(執筆 丸田 純平)

令和4年3月 第1版発行

企画・発行 大阪市立弘済院附属病院
大阪府吹田市古江台 6-2-1

*本書の無断転載を禁じます(非売品)
*本書に関するお問い合わせ先
電話 06-6871-8013