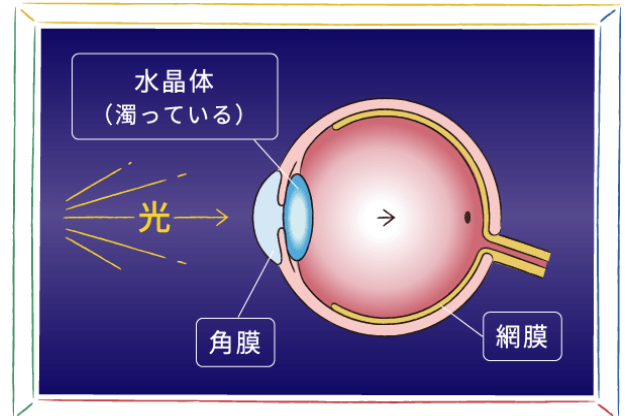


『見える』を改善して認知症予防!

見る力は人間にとって大切な機能の一つです。視覚に関する病気の一つに白内障があります。白内障になると目が霞んでしまい「見る力」に影響が出てしまいます。今回、白内障の治療(手術)により認知症のリスクが減少したとの報告を紹介します。

●白内障は誰にでも起こる病気

白内障は目の中の水晶体が濁ってしまう病気です。加齢との関係が深いですが、日本においてある程度進行した所見が見られる人は50歳代で10～13%、60歳代で26～33%、70歳代で51～60%、80歳以上では67～83%と報告されています¹⁾。初期の症状を含めるとさらに多くの方が水晶体に変化が生じています。



参天製薬 HP 白内障ミュージアムより

●手術により認知症リスクが低下!²⁾

今回 3038 人の白内障患者さんを対象に調査を行い、そのうち約 1/2 の 1382 人が手術を受けました。全体で 853 人の人が認知症と診断されたのですが、手術をした人としていない人を比較すると、手術した人は、なんと3割、認知症のリスクを減らしていたことがわかりました。

今回の研究では失明を予防するために手術をした緑内障患者さんでは認知症発症のリスクを減らさないことがわかりました。つまり、視力の改善(=白内障手術)が認知症発症のリスクを減らしたのでは?と推察されたとのこと。

●認知症予防には日々の刺激が大切!

認知症予防には聴覚との関連もよく言われています。今回は視覚の話でしたが、「見る力」「聴く力」ともに、様々な刺激を取り入れるものです。また、これらの力は社会的な交流や趣味活動(認知症予防には非常に大切!)において大切な力です。白内障は誰にでも起こる病気で、毎年100万人近い方が治療を受けています。(H29年厚生労働省の調査)見え方が気になったらぜひ専門医に相談してみましょ。



参考:

1)「科学的根拠(evidence)に基づく白内障診療ガイドラインの策定に関する研究」厚生科学研究補助金(21世紀型医療開拓推進研究事業:EBM分野)

2)Lee et al. Association Between Cataract Extraction and Development of Dementia JAMA Intern Med. Published online December 06, 2021.

