

生活習慣病と脳

永井 良三 (ながい りょうぞう)

自治医科大学 学長, 東京大学 名誉教授



略歴 1974年 東京大学医学部医学科 卒業。1977年 東京大学医学部附属病院 第三内科 医員。1983年 パーモント大学医学部 客員准教授。1988年 東京大学医学部附属病院 第三内科 医員。同年 同検査部 講師。1991年 東京大学医学部附属病院 第三内科 講師。1993年 同 助教授。1995年 群馬大学医学部 第二内科 教授。1999年 東京大学大学院医学系研究科 内科専攻 循環器内科 教授。2012年より現職。

ポイント!

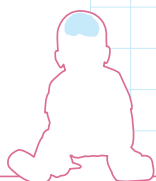
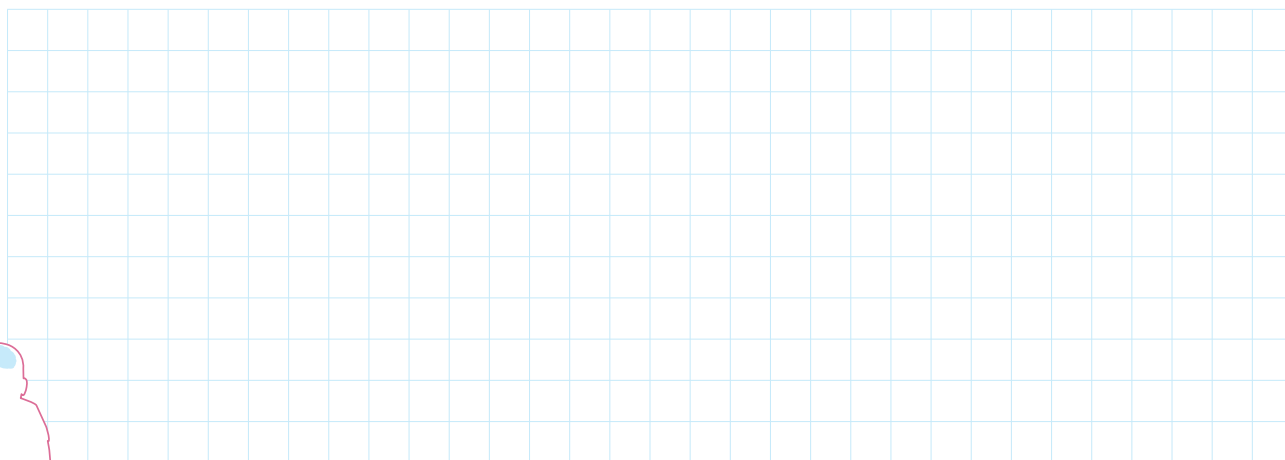
- 高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、脳卒中や心臓病の原因となります。
- 糖尿病は、アルツハイマー病などの認知症の重要な危険因子です。
- 生活習慣病は、食事や運動に気を付けることによって予防できます。

我が国を含め、世界中の様々な国において、生活習慣病が増加しています。高血圧、動脈硬化、糖尿病、メタボリック症候群などは食事や運動などの生活習慣と深い関係があることが知られていますが、それだけでなく、心臓病やがんも同じように関係があるため、これらを含めて生活習慣病と言います。もちろん、加齢による要因も大きいですが、生活習慣を健康的に変えることによって、かなりの数の発症や重症化を予防することができ、生活の質を改善することができます。最近では健康寿命ということが言われ、生活する上で何らかの障害が現れる年齢を遅らせようと、健診やメタボ対策が進められています。

従来、生活習慣病＝内蔵の病気だと考えられていまし

た。しかしながら、脳は身体の中で最も糖を消費する臓器であり、脳の神経細胞の機能維持には糖代謝に関わるホルモンである、インスリンのシグナル機構が深く関わっていることが明らかになってきました。糖尿病はインスリンのシグナルの異常によるものですが、脳のインスリンシグナルに異常を来すと神経細胞の障害が生じると言われています。例えば、糖尿病患者さんでは脳の動脈硬化による認知症が起りやすいことは古くから知られていましたが、最近では、アルツハイマー病による認知症についても、糖尿病ではない方に比べ、2～3倍ほど高い頻度で発症することが知られています。

本講演では、生活習慣病の現状と対策、さらに認知症との関係についてお話しをします。



メモ