

65歳から脳を守ろう理事長コラム

第4回 令和6年（2024年）8月

「認知機能検査は、認知症の前段階、 予備状態を把握するのに有用です！」

健康で定年退職された方が、次の5年、10年でもっとなりたくない病気のひとつは認知症でしょう。

現在は、認知症の新しい治療薬も登場し、認知症になっても社会生活が送れるように認知症基本法が整備され、だいぶ暮らしやすくなるとはいえ、いったん認知症になると配偶者、子供たちに手間をかけることになります。

そこで 脳のMRI検査とともに認知機能検査を受けることで認知症の前段階、予備状態を評価することが勧められています。



認知機能検査でもっとも世界中でよく行われる検査が、ミニメンタルステート検査(MMSEと略されます)です。

今日は 何年何月何日ですか という質問から始まり、言われた言葉を覚えることができるか、計算できるか、ものの名前をいえるか、言われた文章をそのままいえるか、言われたとおりに動作ができるか、図形がかけるか、文章がかけるか など約15分で検査でき、30点満点で何点取れたかで評価されます。



28点以上は異常なし、27点以下は軽度認知機能障害の疑いがあり、23点以下は認知症の疑いが強いとされています。

MMSEの検査用紙を(右図)に示します。検

査を受けた時点でMMSE23点以下でしたら

認知症に関する専門的な診察と正確な診断

を受けることが必要になります。MMSE23点

以下でも日常生活に支障がなく軽度記憶障

害だけであれば、認知症ではなく軽度認知

障害と判断されますが、そのような方たちは

4, 5年のうちに多くの方が認知症に進行さ

れます。



Mini-Mental State Examination (MMSE)

検査日： 年 月 日 曜日 施設名：

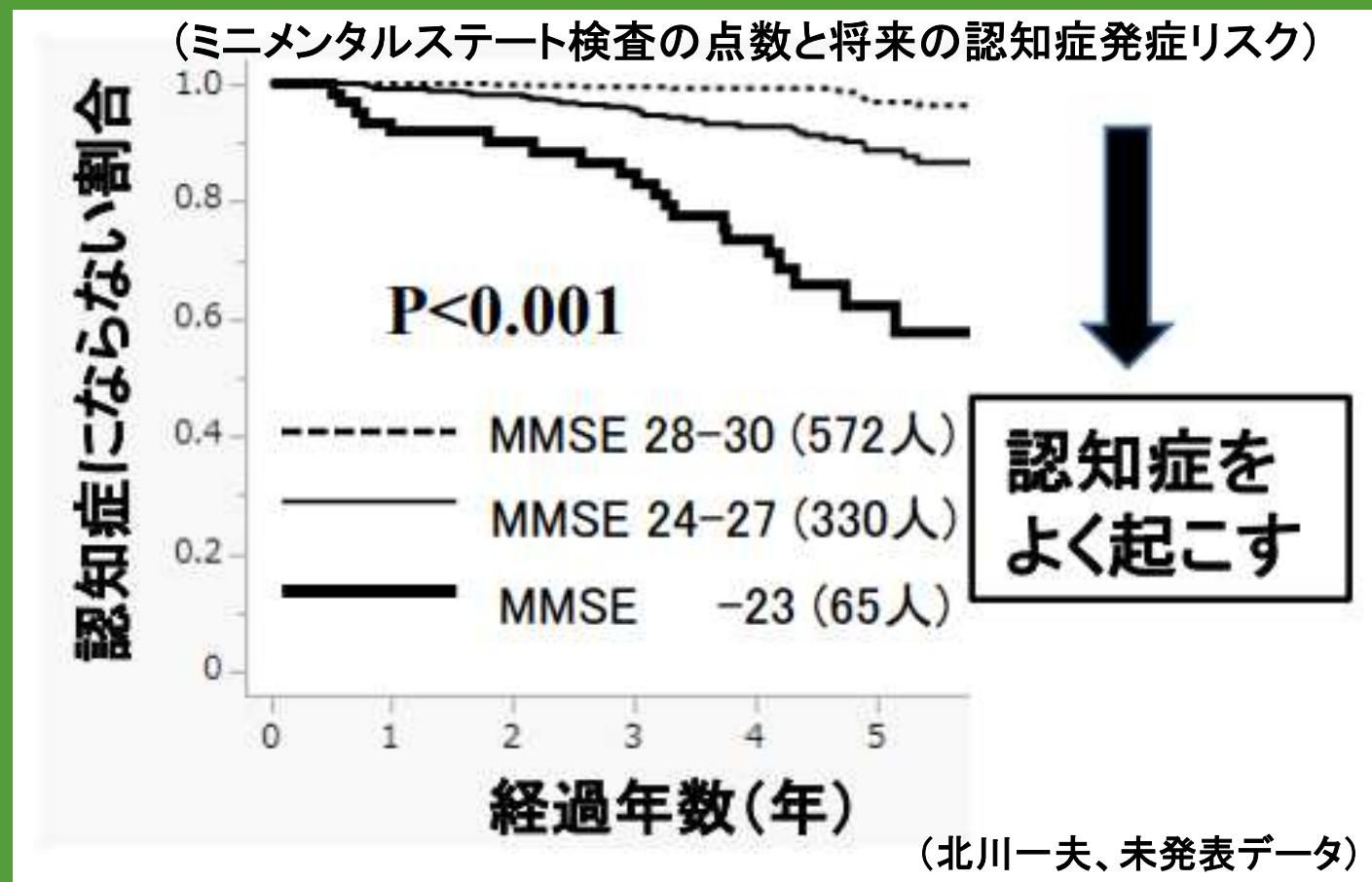
得点:30点満点

氏名： 男・女 生年月日：明・大・昭 年 月 日 歳

プロフィールは事前または事後に記入します。検査者：

質問と注意点		回答	得点
1 (5点) 時間の 見当識	「今日は何日ですか」 「今年は何年ですか」 「今季の季節は何ですか」 「今日は何曜日ですか」 「今月は何月ですか」	※ 最初の質問で、被験者の回答に複数の項目が含まれていてもよい。その場合、該当する項目の質問は省く。	日 0 1 年 0 1 0 1 曜日 0 1 月 0 1
2 (5点) 場所の 見当識	「ここは都道府県でいうと何ですか」 「ここは何市（*町・村・区など）ですか」 「ここはどこですか」	(*回答が地名の場合、この施設の名前は何ですか、と質問をかえる。正答は建物名のみ) 「ここは何階ですか」 「ここは何地方ですか」	0 1 0 1 0 1 階 0 1 0 1
3 (3点) 即時想起	「今から私がいう言葉を覚えてくり返し言ってください。 『さくら、ねこ、電車』はい、どうぞ」	* テスターは3つの言葉を1秒につき1つずつ言う。その後被験者に繰り返させ、この時点できちんと答えたかで得点を与える。 * 正答1つにつき1点。合計3点満点。	0 1 2 3
	「今の言葉は、後で聞くので覚えておいてください」	* この3つの言葉は、質問5で再び復唱させるので3つ全部答えられなかった被験者については、全部答えられるようになるまでくり返す。(ただし6回まで)	
4 (5点) 計算	「100から順番に7をくり返し引いてください」	* 5回くり返し7を引き、正答1つにつき1点。合計5点満点。 正答例: 83 86 79 72 65	0 1 2 3 4 5
	* 答えが止まってしまった場合は「それから」と促す。		
5 (3点) 遅延再生	「さっき私が言った3つの言葉は何でしたか」	* 質問3で提示した言葉を再度復唱させる。	0 1 2 3
6 (2点) 物品呼称	時計(又は鍵)を見せながら「これは何ですか？」 鉛筆を見せながら「これは何ですか？」	* 正答1つにつき1点。合計2点満点。	0 1 2
7 (1点) 文の復唱	「今から私がいう文を覚えてくり返しいってください。 『みんなで力をあわせて綱を引きます』」	* 口頭でゆっくり、はっきりと言い、くり返させる。1回で正確に答えられた場合1点を与える。	0 1
8 (3点) 口頭指示	* 紙を机に置いた状態で教示を始める。 「今から私がいう通りにしてください。 右手にこの紙を持ってください。それを半分に折りたたんでください。 そして私にください」	* 各段階毎に正しく作業した場合に1点ずつ与える。合計3点満点。	0 1 2 3
9 (1点) 書字指示	「この文を読んで、この通りにしてください」	* 被験者は音読でも熟読でもかまわない。実際に目を閉じれば1点を与える。	2ページ目に 質問有 0 1
10 (1点) 自発書字	「この部分に何か文章を書いてください。どんな文章でもかまいません」	* テスターが例文を与えてはならない。意味のある文章ならば正答とする。 (*名詞のみは誤答、状態などを示す四字熟語は正答)	2ページ目に 質問有 0 1
11 (1点) 图形模写	「この图形を正確にそのまま書き写してください」	* 模写は書くが10個あり、2つの五角形が交差していることが正答の条件。 手指のふるえなどはかまわない。	2ページ目に 質問有 0 1

私たちの外来通院患者約1,000名の方を平均5年間追跡したデータでも、MMSEが23点以下の方はその時点で日常生活に支障なく過ごされていても、その後多数の方が認知症に進行されています(下図)。24点から27点の方も28点以上の方に比べますと認知症に進行しやすいようです。従いまして現時点での認知機能を評価しておくことは、直ちに治療すべきかどうかだけではなく、今後5から10年の見通しを考えるうえで重要です。



MMSEの評価は非常に重要ですが、仮に27点以下あるいは23点以下であったとしても、皆さん全員が5年後に認知症になるわけではありません。半数以上のかたは5年後にもおひとりでしっかり生活されています。今日アルツハイマー型認知症の新しい抗体治療薬が登場し、まさにこういった人たちが認知症になるのを予防できないかと期待されているわけですが、そういった特殊な治療以外にも私たちには認知症にならないようにできる対策があると思います。その一つが脳小血管が傷むことを予防することだと思います。

次回は、認知症予防を講じるうえで脳MRI検査をどう活用するか説明しましょう。

