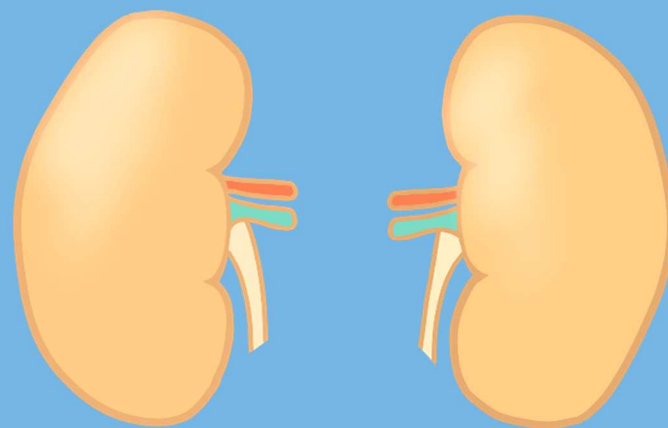


65歳から脳を守ろう 理事長コラム

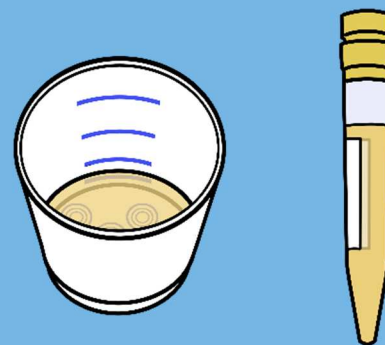
第15回 (2025.7.1)

「慢性腎臓病は脳卒中、認知症のリスクを高めます！」

第12回理事長コラム(令和7年4月)で認知症予防のための12か条を紹介しました。その中で肥満の是正、高血圧、糖尿病、脂質異常管理の重要性についても触れました。しかし、その中では触れておらず、近年注目を集めている慢性腎臓病について解説したいと思います。



慢性腎臓病とは、原因となる腎臓疾患（腎炎【※1】、糖尿病性腎症【※2】、高血圧性腎硬化症【※3】等）にかかわらず、腎機能が低下または尿にたんぱく質が続けて出ている状態の事です。糸球体ろ過量【※4】（eGFRと略されます）が若い方では100程度ありますが、60未満になると慢性腎臓病【※5】と定義されます。



【※1】腎炎：腎臓に炎症が起きる病気の総称

【※2】糖尿病性腎症：高血糖状態が長く続き腎臓の機能が低下した状態

【※3】高血圧性腎硬化症：高血圧が長期間続くことによって腎臓の血管が動脈硬化を起こし、腎臓の機能が低下する病気

【※4】糸球体ろ過量：一定時間あたりに腎臓でろ過される血液量。

【※5】慢性腎臓病：腎臓の機能が低下したり、尿にたんぱく質が漏れ出したりする状態が3ヶ月以上続いている状態

慢性腎臓病の方は、動脈硬化や脳の小血管の細動脈硬化【※6】が進みやすく、心筋梗塞、脳卒中のリスクになりますが、それと共に認知機能低下に関連し、将来認知症になりやすい事が、私達の研究(下図)を含むいくつかの研究で明らかになってきました。

【※6】細動脈硬化: 脳や腎臓、目などの細い動脈が硬化し、血流が滞る病気

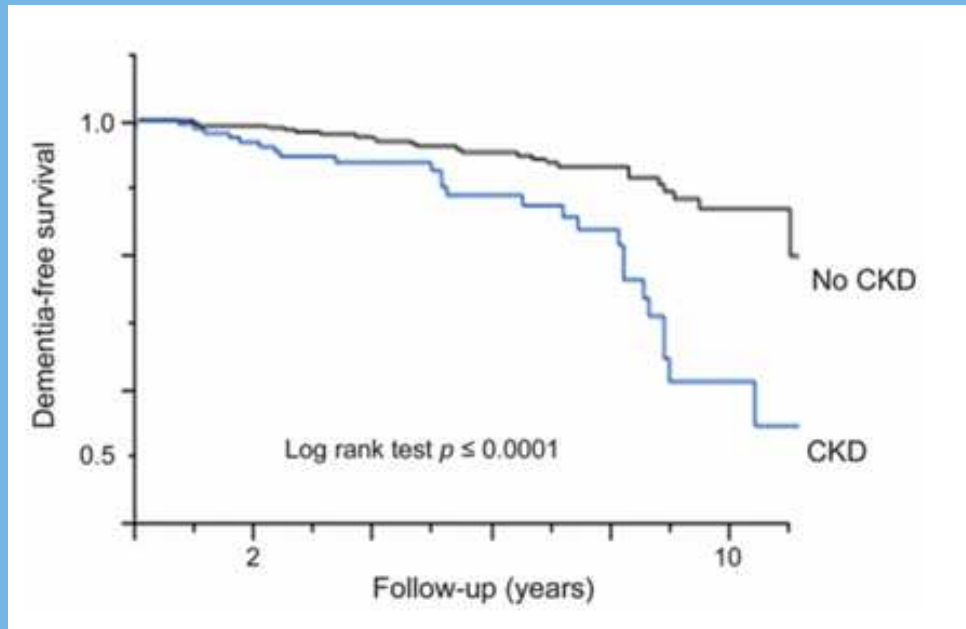
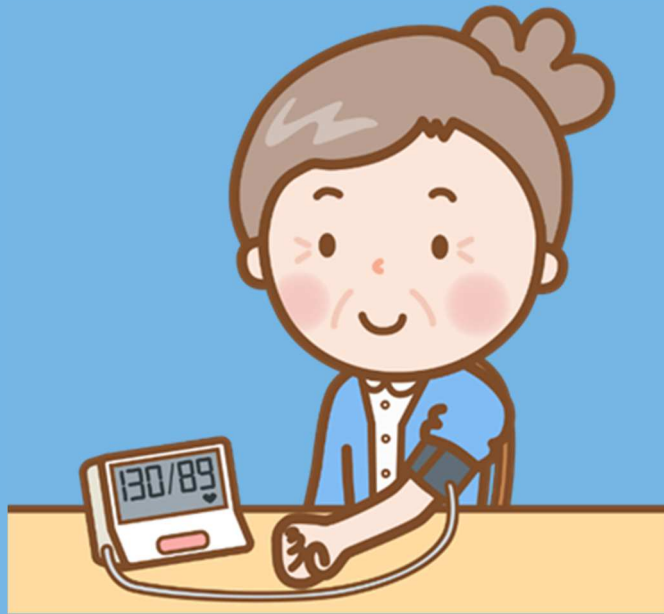


図: 慢性腎臓病(CKD)と認知症発症

(Miwa K, Kitagawa K et al., Neurology 2014)

縦軸は認知症のない割合 横軸は登録後経過年数
慢性腎臓病があるかない方に比べ約2倍認知症になりリスクが高まる。

慢性腎臓病は、加齢、高血圧、糖尿病があると進みやすく、また隠れ脳梗塞、脳萎縮とも関連がありますが、そういった因子を考慮しても慢性腎臓病を有していると将来、脳卒中、心筋梗塞、認知症になりやすい事が明らかになってきています。



現在、高血圧、糖尿病、脂質異常は薬剤治療が進歩し、これら疾患に対する十分な管理が可能になってきていますが、慢性腎臓病の方では腎機能のさらなる低下の抑制、心筋梗塞、脳卒中を念頭において、血圧管理、アンジオテンシンⅡ系阻害薬【※7】、塩分制限等による生活指導、食事療法、薬物療法が行われています。しかし、これだけでは認知症に対する予防対策としては十分でない可能性が高いと思われます。なぜ慢性腎臓病になると認知症になりやすいかまだ十分にはわかっていませんが、腎機能をできるだけ良好に保つことを心掛けることは大事です。

【※7】アンジオテンシンⅡ系阻害薬：体内の血圧をあげる物質（アンジオテンシンⅡ）の生成を抑えることで血圧を下げる薬



これからの研究の進展が期待されますが、現時点では慢性腎臓病と判断された場合、脳卒中だけではなく、認知症のリスクも高まることを念頭におき、降圧治療【※8】、食事指導を徹底し、定期的な脳MRI検査、認知機能検査をお勧めし、認知機能低下を早めに検出、軽度認知機能低下【※9】、軽度認知症【※10】があれば早めの対策を講ずることが望ましいと思われます。次回は「痩せすぎの方は認知症になりやすい」について説明していきます。

【※8】降圧治療：血圧を下げるための治療

【※9】軽度認知機能低下：記憶力や注意力が少し低下しているものの、日常生活には支障がない状態

【※10】軽度認知症：認知症の前段階の状態、記憶力や注意力の低下が見られる状態

