

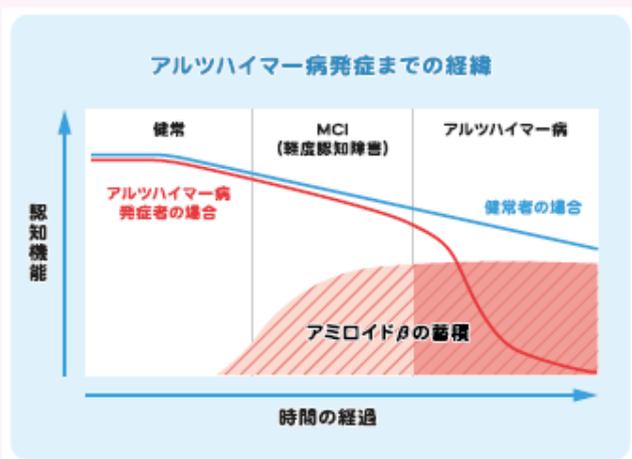
# オプション検査のご案内

認知症予防のための

## 「MCIスクリーニング検査プラス」



アルツハイマー病前段階の軽度認知障害リスクを血液で調べます



### MCI（軽度認知障害）とは？

MCI（軽度認知障害）は健常の状態から認知症を発症するまでの間の段階と考えられ、**認知症予備軍**といわれています。そのまま放置してしまうと約5年でその半数が認知症に移行してしまうと言われていますが、この段階で適切な予防や治療を行うことによって、**認知症発症を防ぐまたは遅らせることができる**ことが最近の研究で明らかになっております。

#### こんなことはありませんか？

- 「あれ、何をしようと思ったんだっけ？」が、なかなか思い出せない。
- レジで小銭を出さず、お札で済ませてしまう。
- 「え、約束していたっけ？」人と会う約束を忘れたことがある。
- スマホや家電製品の操作にまごつくことが増えた。
- 一日や一週間のスケジュールが組めない。段取りが悪くなった。
- 知っている場所に行こうとして、道を間違えたり、迷う。
- 「薬を飲んだっけ？」とまた薬を飲んだり、飲み忘れたりすることがある。

出典：『認知症かな？と思ったらすぐ読む本』 朝田隆監修、技術評論社



検査についての詳細はこちら



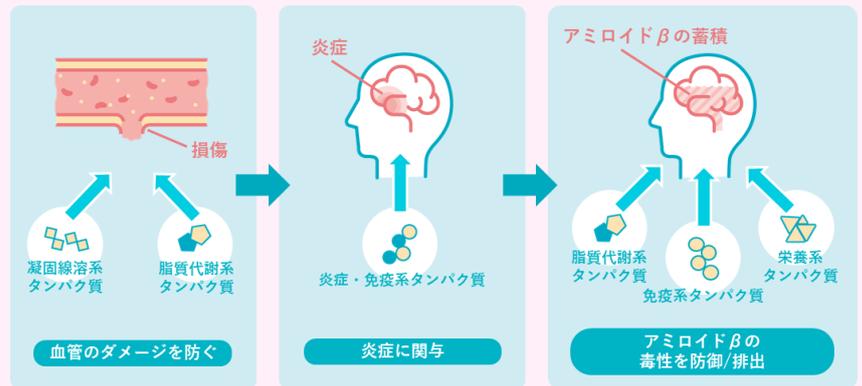
URL : <https://mci-plus.com>

# 認知症は発症の20~30年前、いわゆる 中年期からの生活習慣が大きく影響します！

MCIスクリーニング検査プラスで今の状態を知り未来に備えませんか？

「MCIスクリーニング検査プラス」 価格：27,500円（税込）

アルツハイマー型認知症の原因の一つであるアミロイドβの蓄積を阻害するたんぱく質や、アミロイドβが蓄積する前のリスクとなる血管の損傷や炎症に関連するタンパク質を調べ、MCIのリスクを測定しています。



## ▶検査結果報告書

判定結果はリスクに応じてA~Dの4段階にて報告致します。

テスト ハナコ 様 MCIスクリーニング検査プラス 結果報告書

### リスク評価

あなたのMCIリスク値 **0.47**

**A評価**

将来のMCIのリスクはほぼありません。今後も健康的な日常生活を心がけましょう。

0.00 0.50 1.00 1.50 2.00 [MCIリスク値]

評価	リスク値	説明
A	0.00~0.50	現在の生活習慣を継続し、健康的な日常生活を心がけましょう。ご自身の状態を定期的に把握して予防に努めましょう。
B	0.51~1.00	健康的な生活を意識的に習慣づけることで、MCIのリスクを抑えることができます。予防は早く取り組むほど効果的な予防に繋がります。
C	1.01~1.50	【中年期の方】現在の生活習慣を見直すことで、予防に取り組み、健康的な生活を送ることが大切です。 【高齢の方】「生活習慣」を見直し、予防に取り組みましょう。物忘れが気になる場合は専門家に相談してもらいましょう。
D	1.51~2.00	【中年期の方】現在の生活習慣が早くから将来のMCIのリスクを高めます。日常生活を見直し、予防に取り組みましょう。 【高齢の方】専門医による詳細な検査を受け、適切な予防を受けられることをおすすめします。

※高齢の方は一般的に認知症リスクは高くなります。

当検査ではアルツハイマー型認知症の発症に関わるタンパク質の量を測定することでMCIのリスクを判定しています。またそのタンパク質の量を4つのカテゴリーに分けてリスクレベルを表しています。

### 4つのカテゴリーにおけるあなたのリスクレベル

カテゴリー	リスクレベル
栄養系	4.3
脂質代謝系	2.4
炎症・免疫系	2.0
凝固線溶系	3.0

検査を終えて

MCIや認知症の予防は生活習慣の見直しから大切だとされています。同時に「認知症予防マニュアル」や「認知症予防講座」を参考に予防に取り組みましょう。次回は2022年の6月頃を目安に検査を受けましょう。

### 測定しているタンパク質について

アルツハイマー型認知症発症の最大のリスクは加齢であり、また生活習慣の乱れも大きく影響するといわれています。老化や生活習慣の乱れが原因で脳内の「血管」がダメージを受け損傷すると、「炎症」が引き起こされ、血管の弾力性が低下します。それによりさらに原因の一つといわれているアミロイドβ（以下Aβ）が蓄積します。MCIスクリーニング検査プラスでは、これらの病態進行に関わるタンパク質の量を測定し、MCIのリスクを判定しています。

カテゴリー	説明
栄養系	体の栄養状態を反映するタンパク質の量を測定しています。これはあたまの中のAβを排除したり、毒性を低減する機能があります。体をつくるタンパク質や体の調子を整えるビタミン・ミネラル、エネルギー源になる脂質や糖質をバランスよくとることが大切です。 【中年期の方】バランスの良い食事を心がけることで、免疫力が高まり血管が強く柔軟になります。その結果、脳の健康状態は保たれ、認知症予防につながります。 【高齢の方】「小食・粗食」傾向が強い傾向で、栄養不足になってしまいがちになります。積極的に栄養不足にならないよう意識のスクリーンが大切です。
脂質代謝系	体の脂質代謝の状態を反映し、タンパク質の量を測定しています。これらはあたまの中の健康を保つものや、Aβの排出に助けをくれる働きがあります。食事から取り入れた脂質はエネルギーやホルモン、ビタミンの原料として脳内で利用されています。適度に脂質を摂取することは認知症予防につながります。 【中年期の方】現在の生活習慣を見直し、予防に取り組みましょう。血圧は基準から高く、血糖値がスムーズに下がらなくなります。その結果、認知症予防につながります。 【高齢の方】過度なカロリー制限をすると栄養のバランスが崩れやすくなるため、バランスの良い食生活を心がけることが大切です。
炎症・免疫系	体の炎症状態を反映するタンパク質と体の免疫力の主役となるタンパク質の量を測定しています。これらはあたまの中のAβを排除する役割を担う細胞や体の免疫機能を担う細胞と共に脳内に健康に保つ機能があります。規則正しい生活習慣を心がけることが大切です。 【中年期の方】食事や睡眠といった身近な習慣を見直し、運動を取り入れるなど規則正しい生活習慣を身に付けて、健康管理に気を配ることが大切です。 【高齢の方】年齢をかさねることにより、炎症が起こりやすくなり免疫力が低下しやすくなります。バランスの良い食事と適度な運動に加え、十分な睡眠とストレスのない生活を心がけることが大切です。
凝固線溶系	あたまの中の血管損傷を防いだり、固まった血液を溶かす働きをする凝固線溶系に関わるタンパク質の量を測定しています。これらはあたまの中の血管損傷部位を修復したり、血液を固まりにくくし、血管のつまりを解消する働きがあります。血管を健康状態に保つことはあたまの中を健康に保つことにつながり、認知症予防につながります。 【中年期の方】食事・運動・禁煙・適度な飲酒など生活習慣の改善を行い、健康管理に気を配ることが大切です。 【高齢の方】認知症予防につながります。生活習慣病などの基礎疾患をお持ちの方はその治療を行うことが大切です。

## <お問い合わせ>



健康管理センター  
電話：03-3541-3340  
受付：月～金8:30～17:00