

栄養と有酸素運動による認知症予防・改善効果の検証－ヒト介入試験

Protective and ameliorative effects of nutrition and anaerobic exercise against dementia- human interventional trial

グループ紹介

研究代表者：橋本 道男 (医学部・准教授)

加藤 節司 (医学部・臨床教授), 木原 勇夫 (医学部・准教授)

小黒 浩明 (医学部・講師), 片倉 賢紀 (医学部・助教)

田邊 洋子 (総合科学研究支援センター・技術専門職員), 紫藤 治 (医学部・教授)

Leader : Michio Hashimoto (Associate Professor, Faculty of Medicine)

Setsushi Kato (Clinical Professor, Faculty of Medicine),

Isao Kihara (Associate Professor, Faculty of Medicine),

Hiroaki Koguro (Associate Professor, Faculty of Medicine),

Masanori Katakura (Assistant Professor, Faculty of Medicine),

Yoko Tanabe (Technician, Center for Integrated Research in Science),

Osam Shido (Professor, Faculty of Medicine)

研究協力施設:(代表者・協力者): 島根大学医学部(山口修平),(社医)仁寿会・加藤病院

(大野美穂, 佐々木美智子, 田中 修),(株)マルハニチロホールディングス

(椎名康彦),(医)ともみ会・介護老人保健施設旭やすらぎの郷(大倉英久,

佐々木祐輔),(社福)川本福祉会・養護老人ホーム江川荘(松井禮子),(株)海愛・

グループホームふくろうの森(岩野智栄美),(社医)仁寿会・グループホーム

あいあいの家(下田友子),(有)プラスロックアソシエイツ・グループホーム

あさぎりの家(笠井宏美)

概要

疫学研究や介入試験研究から、魚摂取や有酸素運動は認知症を予防することが推察されています。このプロジェクトは高齢者向けの居住系施設入居者を対象として、生活習慣、特にドコサヘキサエン酸強化食品と有酸素運動との併用による認知症への予防・改善効果を検討しています。

Numerous epidemiological studies and human interventional trials suggest that fish intake and aerobic exercise prevent dementia. This project examines the preventive and/or ameliorative effects of lifestyle, particularly the combination of docosahexaenoic acid-enriched food intake and aerobic exercise, on elderly people with dementia in geriatric health services facilities.

特色 研究成果 今後の展望

【特色】: 本研究は、島根県の邑智郡川本町と浜田市旭町の高齢者向けの居住系施設等で集中的に行うパイロット試験であります。島根県は高齢化率が全国2位であり、10年先の我が国の超高齢化社会のモデルとして重要視されていることから、得られた成果は、我が国の近未来像とその解決策を探る上で意義ある情報として扱われることを確信しています。

【研究経過】: 認知症と診断された施設入居者約80名(平均年齢87歳)を対象として開始しました。3か月間経過後の成果としては、**DHA強化食品群ではプラセボ群に比べて介護者負担度が軽減されることが示唆される結果が得られました。**

【今後の展望】: 6か月毎の認知機能・うつ・やる気の検査, 3か月毎の介護者負担度, 毎月の食事摂取量と運動量等を記録し, 集計・解析を行い, 高齢者介護施設等入居者の認知症予防・進行抑制のみならず, 認知症患者への介護負担の軽減等につながる食生活と運動の効果を多面的に明らかにすることをめざします。



iPadによる認知機能評価



運動風景