

認知症を知る

第6回

医療法人社団 西日本平郁会
三和クリニック 院長

とよくに たけひろ
豊國 剛大 先生

●職歴

2005年 滋賀医科大学 卒業
2005年 神戸大学医学部付属病院 初期研修医
2007年 市立加西病院 内科、神戸大学医学部附属病院 総合
内科、神戸ほくと病院 内科に勤務
2016年 長尾クリニック 勤務
2022年 長尾クリニック（現・三和クリニック）院長就任



日本全国で高齢化がすすんでいるように透析患者も高齢化がすすんでいます。

「認知症になるのでは？」「認知症なのでは？」
「認知症ってなに？」と“認知症”に対しての不安はだれもが持っていると思います。

恐れる前にまずは“認知症”について
教えてもらいましょう。



『認知症と難聴の関係～耳が聞こえにくいと認知症になりやすい？～』

難聴があると、他者とコミュニケーションがとりにくいと感じることがあるかもしれません。会話がうまくつながらないことから閉じこもりがちになることもあります。2017年に国際アルツハイマー病会議で、「難聴」は「高血圧」、「肥満」、「糖尿病」などとともに認知症の危険因子の一つに挙げられました。最近の海外での研究からは、中年期に難聴があると高齢期に認知症のリスクがおおよそ2倍上昇するというデータが発表されています。さらに2020年には「難聴は認知症の最も大きな危険因子である」という指摘があり、今日では認知症の患者の約9%が、難聴が原因で発症したものと推測されており、ますます難聴と認知症の関連が注目されています。

難聴が認知症を引き起こすメカニズムとして、代表的な二つの仮説があります。

・認知負荷仮説

私たちは毎日の暮らしの中で複数の知的作業を同時に行っていますが、難聴の人は聞こえの良い人に比べ、脳の資源の多くが日常的に「音の情報処理」に動員されてしまっています。より高次の知的作業を行う脳の活動が難しくなり、その状態が続くと結果的に神経が変性し、脳の萎縮が加速してしまいます。そうして、認知症になりやすくなるというのが、認知負荷仮説です。

・カスケード仮説

社会参加、交流、社会的サポート（助け合い）が豊かだと、要介護リスク、認知症や死亡リスクが低いことが分かっています。難聴になると、コミュニケーションに支障が出てくることが増えてきて、人と会話するのが億劫になり、仕事をしたり友人と会ったりという社会的活動がなくなってしまいます。人との交流や会話では高次の知的機能を用いており、社会的な交流が減り、人と話す機会も減ってしまうと使わない働きは失われ、脳が萎縮し、認知機能が低下し、ますます人付き合いに支障が生まれるという、負のサイクルが起きます。

さらに、難聴によって、耳から脳に伝わる音声刺激が減り、情報が伝達されにくくなります。すると、神経回路の活動が減り、最終的に脳が縮んで容積が小さくなってしまいます。そうして、認知機能の低下が連鎖的に起きていきます。難聴を起点に、この二つの経路で負の連鎖が起き、認知症につながるというのが、カスケード仮説です。

難聴を予防することは、認知症を未然に防ぐことにつながる可能性があり、また、すでに難聴のある人も補聴器などを用いて対策を施せば、認知症を予防したり、進行を遅らせたりすることができる可能性があります。補聴器を適切に用いることで、認知症の発症リスクが軽減するという海外からの報告もあります（認知症のリスクの高い難聴者に補聴器を使用した群は補聴器を使用しなかった群より3年後の全般的な認知機能が48%抑制され、とりわけ言語能力が良好であった）。また、難聴者のうち、補聴器を日常使用している群は、補聴器を使用したことがない群に比べ、死亡率は0.76倍と有意に低かったという報告もあります。

日本の65歳以上の難聴患者は、2010年時点で1500万人いると推計されており、高齢化を考慮すると現在は2000万人を超えるでしょう。これは高齢者のデータですが、難聴は若い人にとっても無縁の話題ではありません。自分には関係ないと思っている人こそ注意が必要です。高齢の方でも「どうせ治らないから」と思い込み、放置しておくのは危険です。耳鼻咽喉科に行ってみたら、実は耳垢が固まっていた、耳の病気が潜んでいた、鼓膜の奥にたまっていた炎症の水が原因で水を抜いたら聞こえが良くなった、ということもあります。

聴力の低下を感じたら、決して放置せずなるべく早く対処しましょう。