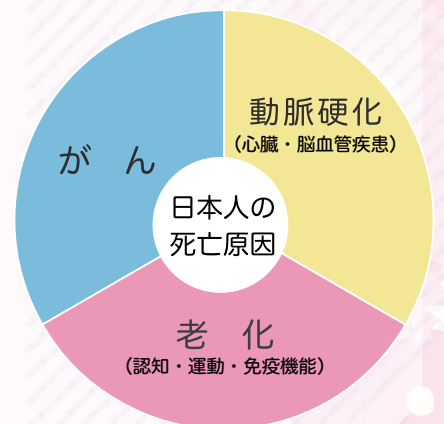


# 老化とは？

## 人生100年と言われる時代

日本人の死亡原因は3分の2が  
 がんと動脈硬化に伴う脳血管及び  
 心臓血管の病気です。そして残りの  
 3分の1が老化に伴うものです。  
 老化とはカラダの機能低下です。  
 主なものに

認知機能  
 運動機能  
 免疫機能  
 の3つが挙げられます。



### 認知機能

#### 1 どのような機能が？

認知とは、理解・判断・論理などの知的機能のことをいい、五感（み・きく・触る・嗅ぐ・味わう）を通じて外部から入ってきた情報より、以下**表1**のような人の知的機能を総称したものです。

表1 認知機能

物事や自分の置かれている状況を認識する
言葉を自由に操る
計算や学習をする
何かを記憶する
問題解決のために深く考える



認知機能の低下とは、上記に関わる能力が低下している状態のことを指します。認知機能が低下することで日常生活に様々な影響を及ぼします。

#### 2 どのような病気が隠れているのか？

認知機能が特に著しく低下している状態が6カ月以上継続している状態を「認知症」と呼びます。認知症には「アルツハイマー型認知症」や「血管性認知症」などがあり、脳ドックや海馬の萎縮を計測するVSRAD検査などで発見することができます。

一般的に65歳以上から発症する率

が上がり、85歳以上では4人に1人が発症すると言われています。また65歳未満の若い人が発症する若年性認知症もあります。若年性認知症を早期に発見するには、脳の神経細胞に蓄積するアミロイドβというタンパク質の蓄積具合を確認して今後のリスクに備えるMCSスクリーニング検査が有効です。

### 運動機能

#### 1 どのような機能が？

運動機能とは、姿勢や骨、関節の変化、筋力、柔軟性、俊敏性や歩行動作だけでなく、血圧や脈拍数を含む循環機能や肺活量を含む呼吸機能、また知能や感覚などの神経感覚機能のことを指します。運動機能を



若年者と比較すると、ほとんどの高齢者は低下していきます。しかし、性別や日常の活動の程度などによって、低下する程度やスピードには大きな違いが出てきます。

## 2 どのような病気が隠れているのか？

運動機能のうち、加齢で多く見られる変化としては関節の変形があります。「変形性股関節症」は関節の形や動きが変化することで痛みや動きに制限が発生し、日常の活動性が低下しさらに悪化させます。60歳以上では4人に3人が関節の症状を訴えていると言われています。

また、主に女性では「骨粗鬆症」

にも注意が必要です。閉経を迎えるとホルモンバランスが不安定になり、骨形成を促進する働きが弱まることで骨量の減少を招きます。骨を守るためには適度な運動により筋肉を程よく動かす有酸素運動が効果的で、定期的な骨密度測定で現状を把握することが大切です。

## 免疫機能

### 1 どのような機能か？

免疫とは、細菌やウイルス、微生物など元々自分の体にはないものから自分の体を守る仕組みのことを指します。主に「自然免疫」と「獲得免疫」があります。自然免疫とは原始的な生物からある仕組みで、侵入してきた病原体や異常になった自己

細胞をいち早く感知しそれを排除します。

一方、獲得免疫とは病気の元となる微生物やウイルスなどを体に取り込むことで作られていく免疫です。コロナウイルスワクチンやインフルエンザワクチンなどが例に挙げられます。自然免疫とは異なり、特定の微生物やウイルスに狙いを定めて効果的に攻撃することができます。高齢者は免疫機能の低下により、若い頃は簡単に治ってしまう病気でも治りが悪い、あるいは抗生物質を投与しても効き目が悪い、という変化が起こってきます。

## 2 どのような病気が隠れているのか？

免疫機能が衰えると、細菌やウイルスへの攻撃力が弱くなり感染症にかかりやすくなるだけでなく、他の疾患も発症しやすくなります。それは「がん」です。「がん」は健康な人でも毎日、数千個ものがん細胞が生まれ、それを日々、免疫細胞が退治しているのが発症していません。しかし老化（加齢）により免疫機能の中の炎症反応を制御

する機能が低下することで、増えたがん細胞に免疫細胞が対処しきれない状態が起こり「がん」が発症します。がんが、現代では2人に1人がかかる身近な病気となっているのも高齢化社会が進んでいるからという見方もあります。がんの早期発見には定期的ながん検診、人間ドックが有効です。

### がんの早期発見、認知機能や運動機能の確認ができる全身ドック

日本人死因のうち3分の1である「がん」、突然死の原因になる「心疾患・脳血管疾患」、生活の質を低下させる「認知症・脊椎疾患」を全て検査し、早期治療・予防に繋げることを目標とした人間ドックです。30分で全身のがんを調べるDWIBS

（ドワイブス）や下剤の服用なしで大腸を詳しく調べる大腸3DCIT検査など、当院の人間ドックは「科学的根拠に基づいた合理的な検査を効率的に行う」ことを理念に設計されており、身体に負担なく全て1日で検査を終えることができます。

### 最後に

人間ドックの目的は、病気の早期発見と早期治療で健康寿命を保つことにあります。コロナが蔓延し、検診をやむなく控えてきたこの3年間

の健康を取り戻しましょう。私たちは皆様の健康管理を全力でサポートさせていただきます。

文責 人間ドック課 課長 湊景子

