

教育歴と認知症

年寄りには、先が短いのだ。だから、今日も楽しまねば。というのに、なぜか悩みを抱えたがるのである。

71歳のA子さん。「センセ。若い頃に勉強していないと、認知症になりやすいって、ホント?」と深刻である。母親が認知症だったという。若年期の教育が足りない、難聴と同じくらい認知症の危険性があると知って、学歴コンプレックスがある彼女は居ても立っても居られない。

教育と認知症の関係についての研究は多い。若い時の認知機能や教育歴の高さが、高齢期の認知機能の維持や認知症の発症予防に関係しているという。PET（陽電子放出断層撮影）で調べてみても、高い教育を受けた人は、アルツハイマー型認知症に多くみられるアミロイドやタウ蛋白（たんぱく）の沈着が少ない。高い教育は、認知予備能を高め、認知症を起こしにくくするのかもしれない。

なら、昔を取り返せないAさんは、どうしたら良いのだ? いきおい、脳下しやサプリメントに期待が集まる。が、残念ながら、どれも部分的な認知機能の改善があるというだけだ。認知症の発症を予防できる

というエビデンス（科学的根拠）はないのである。ま、脳下しが楽しいという人にはお勧め、という程度のものか。

ところで、認知症というのは、難聴や教育歴だけではなく、色んな要因が組み合わさって起きる。また、脳機能の維持には、若い頃の教育だけが有効とは限らない。高齢でも認知的活動が活発なひとは、良好な認知機能が保たれやすいという。ならば、Aさんには、「社交的で話し好き」という認知的活動としては最強の味方であるではないか。もっとも、おしゃべりも度が過ぎると、犠牲者が出るだろうが。

（石黒修三＝いしほくろクリニック・脳神経

外科専門医…5/2北國新聞掲載）