

長期的な体重減少により認知症リスク高まる～日本の研究から

高齢期には体重減少や認知機能障害の頻度が高くなるが、日本の高齢者において体重変化が認知症発症リスクと関連するかは不明である。本研究では、中年期以降の長期的な体重変化と認知症発症リスクとの関連について、日本人の高齢者を対象とした地域ベースのコホート研究（大崎国保コホート研究）を実施し検討した。

障害のない 65 歳以上の日本人高齢者 6,672 例を対象に、1994 年と 2006 年に自記式の質問票を用いて体重データを集め、体重変化に基づいて分類した（体重安定：-1.4～+1.4kg、体重増加：+1.5kg 以上、体重減少 1：-2.4～-1.5kg、体重減少 2：-3.4～-2.5kg、体重減少 3：-4.4～-3.5kg、体重減少 4：-5.4～-4.5kg、体重減少 5：5.5kg 以上）。2007 年 4 月から 2012 年 11 月の 5.7 年間の追跡期間中に 564 例が認知症を発症した。解析の結果、安定体重と比べ体重変化量別の認知症発症のハザード比は、体重減少 1 で 0.97、同 2 で 0.98、同 3 で 1.28、同 4 で 1.27、同 5 で 1.64 となった。

したがって、日本人高齢者において 12 年の間で 3.5kg 以上の体重減少は、認知症発症リスクの上昇と関連する可能性が示唆された。

出典：Journal of Epidemiology. 2020 Dec 26. doi: 10.2188/jea.JE20200260.