

主題： 軽度および中程度のアルツハイマー患者における認知能および機能的面の低下速度の抑性に DHA 補給は効果を示さなかった。

著者： Quinn JF, Raman R, Thomas RG, et al

発表： JAMA 2010; 304(17): 1903-11

題名： アルツハイマー患者における認知能低下に対する DHA 補給の効果：無作為対照比較試験

発表日： 2010 年 11 月 3 日

研究の要約：

アルツハイマー患者を被験者にした DHA 補給の無作為対照比較試験で、DHA 補給群とプラセボ補給群が設定され、DHA は、1 日摂取量として 2g を 18 ヶ月投与した。認知能、精神および機能的な能力の変化に関する評価系として次の 2 種類の方法で実施された。

1. アルツハイマー病評価尺度認知機能検査 (ADAS-cog: Alzheimer's Disease Assessment Scale)
2. 臨床認知症評価尺度総得点 (CDR : Clinical Dementia Rating) <本評価尺度は 6 項目からなっている>

一部の被験者に対しては、脳の委縮速度も磁気共鳴画像 (MRI : magnetic resonance imaging) による脳容積測定を用いて評価した。最終的には、全体で 295 名が試験を完全に終了し、各群の打ち分けは、DHA 補給群が 171 名、プラセボ補給群が 124 名であった。その結果、プラセボ補給群に対して、DHA 補給群は認知能および機能面での低下速度の抑性に差を認めなかった。加えて、一部の被験者に対して実施した MRI 評価 (DHA 補給群 : 53 名、プラセボ補給群 : 49 名) でも、DHA 摂取は脳の総容量変化に効果を示さなかった。

意見：

1. アルツハイマー疾病発症の病理学的機序は、現時点では、まだ完全に解明されておらず、アルツハイマー疾病の治療あるいは進行の抑性のための効果的な治療法はない。
2. 本研究は、アルツハイマー疾病をすでに発症した患者に対しての治療法として、 ω -3 脂肪酸である DHA の摂取を検討したものであることに注目すべきである。栄養素としての DHA および EPA を含む ω -3 脂肪酸は、治療目的のみに利用されるべきものではない。 ω -3 脂肪酸が豊富な魚油の有益性は、健康状態に問題が起こる前に長期間摂取してその有益性が得られるものであることを考慮しなければならない。 ω -3 脂肪酸

は、神経的な保護効果があると共に、正常な心臓血管系維持、湿疹および妊婦に対しても有益である。

3. 本研究の著者は、痴呆症状が明らかでないアルツハイマー患者の発症初期に DHA 摂取を始めておれば、DHA 摂取がより効果を示した可能性があると言っている。
4. 一部の被験者を対象に検討した、遺伝的な面からの精神的機能の低下速度の抑性に関する DHA 補給の有益性の調査では、アポ E-e4 遺伝子*を有する被験者に対しては、DHA 補給が効果を示さなかったが、アポ E-e4 遺伝子を持たない被験者に対しては、DHA 補給が、効果的であったことは興味深いところである。
5. 本研究報告とは逆に、最近公表された MIDAS 研究では効果的な結果を報告している¹。この研究は、アルツハイマー性痴呆症状のない健康な高齢成人を対象に実施した試験研究で、DHA の 1 日摂取量は 900 mg。結果は、学習及び記憶能力の改善が得られたとの報告である。
6. さらに、精神機能に DHA が有効であったとする他の 2 件の研究報告がある。DHA240 mg とアラキドン酸 240 mg を含有するサプリメントが、加齢における認知機能不全を改善するという結果である²。超軽度なアルツハイマー疾病の被験者を対象にした観察結果でも認知能低下に抑性的な効果が得られたという報告もある³。
7. 毎週週当たり 2 サービングの魚を食事から摂るという推奨に達しないヒトあるいは魚が嫌いなヒト多くの健康面での有益性を享受するために食事からの魚摂取不足を補うために魚油配合サプリメントを摂取すべきである。

*アポ E-e4 遺伝子：アルツハイマー病の最大のリスク遺伝的

2010 年 11 月 10 日

参考文献

1. Yurko-Mauroa K, McCarthy D, Romb D, et al. Beneficial effects of docosahexaenoic acid on cognition in age-related cognitive decline. *Alzheimer's & Dementia* 2010; 6(6): 456-464
2. Kotani S et al. Dietary supplementation of arachidonic and docosahexaenoic acids improves cognitive dysfunction. *Neurosci Res.* 2006; 56(2): 159-64.
3. Freund-Levi Y et al. Omega-3 fatty acid treatment in 174 patients with mild to

moderate Alzheimer disease: OmegAD study: a randomized double-blind trial. Arch Neurol. 2006; 63(10): 1402-8